MARZO
2023

LA CUCINA ITALIANA

DAL 1929 IL MENSILE DI GASTRONOMIA CON LA CUCINA IN REDAZIONE

INGREDIENTI
CRÈME BRÛLÉE ALLO ZAFFERANO, SPAGHETTI AL MIELE, SORBETTO DI AMARONE

TENDENZA
PASTA AL BURRO PERFETTA

BRESCIA
DOVE MANGIARE IN UNA DELLE DUE CAPITALI DELLA CULTURA 2023

CIOCCOLATO DI PRIMAVERA

Tanti modi per fare la caprese (anche al limoncello)

#LACUCINAITALIANAPATRIMONIODELLUMANITÀ

QUANDO HAI LE FARFALLE
NELLO STOMACO
STAPPA
UN
SORRISO

L'INGREDIENTE È IL CUORE

La ricetta che vedete qui sotto me l'ha suggerita Luca, un lettore che mi ha scritto e che ho scoperto in seguito di conoscere da un'eternità, da quando da ragazza vendevo i giocattoli nel suo negozio in corso Magenta a Milano (non ve lo aspettavate, eh). Comunque Luca mi racconta di questa ricetta: «Una squisita crema con mandorlato di Cologna Veneta, mandorle e canditi, assaggiata a Padova alla magnifica Salumeria Guarnieri». Una chicca straordinaria che veniva servita da un croupier dal cuore grande ai giocatori che perdevano al Casinò di Venezia. E sì, una dolcezza per contrastare l'amarezza, un conforto per diluire la mestizia se e quando c'è. Ma anche una botta di allegria quando la vita già ci sorride. La cucina è così, segue la vita, gli scossoni, asseconda le emozioni e le suscita. Come la caprese della copertina, in versione cheesecake, peccaminosa nella sua bontà firmata da Sara Foschini, la nostra nuova cuoca detta anche «cuore napoletano», visto che è a Milano da una vita ma ha lo spirito e la gioia di una che abita a Posillipo. E sì, un po' di cuore ci vuole sempre, l'ingrediente vero di ogni piatto. Grazie Luca e grazie Sara.

Maddalena Fossati Dondero

mfossati@condenast.it maddalenafossati

La squisita

Ingredienti per 4 persone
250 g formaggio fresco spalmabile
100 g zucchero a velo
60 g nocciole o mandorle
50 g panna fresca
liquore all'arancia
canditi misti

Tostate leggermente le nocciole in una padella per qualche minuto, quindi sminuzzatele grossolanamente. Montate la panna con lo zucchero a velo, poi mescolatela delicatamente con il formaggio spalmabile e un cucchiaio di liquore all'arancia. Dividete la crema in 4 coppe e completatela con i canditi tagliati a cubetti e le nocciole tostate.

CUOCA **S. FOSCHINI**, FOTO **G. BARBAGELATA**, STYLING **B. PRADA**

SOMMARIO

LA CUCINA ITALIANA

75

Padellata di verdure speziate e uova, dal nostro Ricettario dedicato all'elogio dell'ingrediente.

FACEBOOK.COM/LACUCINAITALIANA INSTAGRAM.COM/LACUCINAITALIANA TWITTER.COM/CUCINA_ITALIANA

LA FILOSOFIA CHE CI GUIDA DAL 1929

Ogni piatto nasce dalla nostra cucina in redazione, una cucina di casa proprio come la vostra. Una cuoca o un cuoco lo pensa e lo realizza, e una redattrice ne segue tutti i passaggi, per raccontarvi nel dettaglio che cosa dovrete fare per replicarlo. E dopo averlo fotografato lo assaggiamo e verifichiamo che sia all'altezza delle vostre aspettative.

102
Carbonara con carciofi e pancetta affumicata.

3 **Editoriale**

11 **Notizie di cibo**
Indirizzi, aperture, oggetti e novità per amanti della buona tavola

18 **Belle maniere**
Cento sfumature di «grazie»

20 **Assaggi**
Naturale vs artificiale

22 **Passioni regionali**
Torta preferita? La caprese

28 **Le ricette delle nonne**
I segreti della polenta buona

34 **Buon pomeriggio**
4 ingredienti per 4 merende

36 **Elogio dell'ospitalità**
Prego, servitevi liberamente

40 **L'Italia mangia sempre meglio**
Una qualità spettacolare

RICETTARIO

Marzo. L'ingrediente al centro

53 **Aperitivi e Antipasti**

58 **Primi**

64 **Pesci**

69 **Verdure**

73 **Carni e uova**

78 **Dolci**

83 **Produttori toscani**
Una terra promessa

96 **Cambio di stagione**
Bentornata primavera

104 **Come si mangia in Lombardia**
Brescia che non ti aspetti

114 **Grandi cuochi**
Semplice perfezione
Alberto Quadrio

LA SCUOLA

Scoprire novità e tecniche

121 **Le tecniche**
Taglia e cuoci le patate

126 **Provato per voi**
Siate delicati. Sarete ripagati dalla più sincera bontà

128 **Principianti alla prova**
Due regine a pranzo

136 **I corsi di marzo**
Nel regno della farina

GUIDE

130 **Il meglio del mercato**

132 **In dispensa**

134 **Indirizzi**

135 **Indice di cucina**

135 **Le misure a portata di mano**

91
Al centro Donatella Baldi, produttrice di miele nel Parco di San Rossore in provincia di Pisa.

In copertina: Cheesecake al forno con mousse di cioccolato (pag. 26). Ricetta di Sara Foschini, foto di Guido Barbagelata, styling di Beatrice Prada.

121
Le tecniche: tanti modi per tagliare e cuocere le patate.

VI ASPETTIAMO IN EDICOLA OGNI MESE

Per scrivere alla redazione:
cucina@lacucinaitaliana.it
oppure La Cucina Italiana, piazzale Cadorna 5/7, 20123 Milano, telefono 02 85611

IN DIGITALE

Potete acquistare la copia singola o l'abbonamento in edizione digitale sulla App LA CUCINA ITALIANA disponibile su Apple Store e Google Play.

PER ABBONARSI

abbonatiqui.it/rivista/la-cucina-italiana
oppure chiamate lo 02 86808080

IL SITO

Scoprite i video e i contenuti aggiuntivi di *La Cucina Italiana* e cercate la vostra ricetta preferita tra le tantissime che pubblichiamo ogni giorno su **lacucinaitaliana.it**

LA SCUOLA

Si trova a Milano in via San Nicolao 7 (angolo piazzale Cadorna).
Non perdetevi i nostri corsi di cucina e di pasticceria, per principianti ed esperti.
scuola.lacucinaitaliana.it
Scoprite anche le videolezioni online su ***corsidigitali.lacucinaitaliana.it***

LA CUCINA ITALIANA

N. 03 – marzo 2023 – **Anno 94°**

Direttore Responsabile
MADDALENA FOSSATI DONDERO

Art Director
BRENDAN ALLTHORPE
Caporedattore
MARIA VITTORIA DALLA CIA

Redazione
LAURA FORTI (redattore esperto) – lforti@lacucinaitaliana.it
ANGELA ODONE – aodone@lacucinaitaliana.it
SARA TIENI – stieni@lacucinaitaliana.it
Ufficio grafico
RITA ORLANDI (capo ufficio grafico)
Photo Editor
ELENA VILLA
Cucina di redazione
SARA FOSCHINI
Lacucinaitaliana.it
STEFANIA VIRONE VITTOR (Senior Features and Web Editor) – svirone@condenast.it
RICCARDO ANGIOLANI – rangiolani@condenast.it
GIADA BELLEGOTTI – gbellegotti.ext@condenast.it
Digital
FRANCESCA MARINO (audience development manager) – fmarino@condenast.it
BARBARA DELLA TORRE (social media manager) – bdellatorre@condenast.it
Styling
BEATRICE PRADA (consultant)
Segreteria di Redazione
MONICA OGGIONI – cucina@lacucinaitaliana.it

Hanno collaborato
Per le ricette FRANCO ALIBERTI, CRESCENZO MORLANDO, JOËLLE NÉDERLANTS, DARIO PISANI, ALBERTO QUADRIO, GIUSEPPE RUSSO
Per i testi SARA BARILLA, FIAMMETTA FADDA, CAMILLA GIACINTI, SARA MAGRO, MASSIMO MONTANARI, CARLO OTTAVIANO, SARA PORRO, STUDIO DIWA (REVISIONE TESTI), VALENTINA VERCELLI, ROBERTO ZICHITTELLA
Per le immagini AG. ADOBE STOCK, AG. GETTY IMAGES, GUIDO BARBAGELATA, MASSIMO BIANCHI, GIACOMO BRETZEL, STEFANO BUTTURINI, GIANLUCA CORONA, ANDREA DI LORENZO, RICCARDO LETTIERI, JACOPO SALVI, MARKABLE STUDIO, VALENTINA SOMMARIVA

EDIZIONI CONDÉ NAST S.p.A.

Managing Director NATALIA GAMERO DEL CASTILLO

Chief Business Officer FRANCESCA AIROLDI

Consumer Business Country Lead ALESSANDRO BELLONI
HR Director GIORGIO BERNINI
Production Director Europe ENRICO ROTONDI
Finance Director LUCA ROLDI
Controller CRISTINA PONI
Digital Director ROBERTO ALBANI
Director, Social Strategy ROBERTA CIANETTI
Head of Digital Marketing GAËLLE TOUWAIDE
Head of Data Marketing TERESA ROTUNDO
Head of Digital Video, CNE RACHELE WILLIG

Advertising sales
Style Brand & Category Lead (Vanity Fair, Vogue, GQ) MICHELA ERCOLINI
Culture Brand & Category Lead (WIRED) LORIS VARO
Lifestyle Brand & Category Lead (AD, CN Traveller, La Cucina Italiana) CARLO CLERICI
CNCC Italy Director VALENTINA DI FRANCO
Account Strategy Director SILVIA CAVALLI
Digital & Data Advertising Director MASSIMO MIELE
Advertising Marketing Director RAFFAELLA BUDA
Brand & Category Regional Lead (Centre & South Italy) ANTONELLA BASILE
Beauty Director MARCO RAVASI
Fashion & International Director MATTIA MONDANI
Brand Ambassador La Cucina Italiana & CN Traveller FEDERICA METTICA

Sede: 20123 **Milano**, piazzale Luigi Cadorna 5 - tel. 0285611 - fax 028055716.
Padova, c/o Regus Padova Est Sottopassaggio Mario Saggin 2 - 35131 Padova, tel. 0285611 - fax 028055716.
Bologna, c/o Copernico via Altabella 17 - 40125 Bologna, tel. 0085611 - fax 028055716.
Roma, c/o Copernico Termini piazza Indipendenza 23 B/C - 00185 Roma, tel. 0085611 - fax 028055716.

MARZO 2023

NOTIZIE DI CIBO

A CURA DI ANGELA ODONE

Cristiano Tomei, Jessica Rosval, Karime Lopez e Takahiko Kondo, Giorgio Locatelli.

Luca Montersino, Gino Sorbillo, Elio Sironi, Martina Caruso.

Ciccio Sultano, Massimo Bottura, Martina Bonci, Marco Pedron.

Jacopo Malpeli, Antonia Klugmann, Carlo Cracco, Corrado Assenza.

Caterina Ceraudo, Giacomo Giannotti, Niko Romito, Dominga Cotarella.

Luca Abbadir e Moreno Cedroni, Elena Montomoli, Cristina Bowerman, Andrea Maugeri e Mattia Pastori.

DICIAMO TUTTI «MAI PIÙ»

Se la cucina è, da sempre, il luogo degli affetti, del calore, della concordia, come è possibile che si sentano storie di ingiustizia, di sfruttamento e di discriminazione? Già da qualche tempo si parla di quello che non funziona nelle cucine dei ristoranti (e certamente l'*affaire* Noma ha alimentato le polemiche). Per andare a fondo della questione la redazione di *La Cucina Italiana* ha iniziato una campagna di interviste che si protrarrà nel corso dell'anno. Per dare voce a chi spesso non è nelle condizioni di parlare. Perché MAI PIÙ la cucina sia un luogo privo di armonia e di bellezza. Perché tutte le cucine, quelle domestiche e quelle professionali, tornino a essere luoghi dove la felicità è il filo che collega chi prepara il cibo, chi lo serve e chi lo mangia. Trovate le interviste e i video di denuncia sul nostro sito *lacucinaitaliana.it*

FOTO **MARKABLE STUDIO**

STRANO, MA BUONO!

pere e mele caramellate

+

fette biscottate

+

panna fresca montata

Per una versione rapida, e un poco più rustica, della tarte tatin, caramellate delle fettine di mela o di pera in padella con poco zucchero e una noce di burro. Distribuitele sulle fette biscottate e completate con un generoso ciuffo di panna montata.

L'APPUNTAMENTO DEL MESE

UNA STORIA VERA

Torino racconta le tradizioni vinicole del Piemonte con un nuovo salone e un fuorisalone

La città sabauda, sede di eventi internazionali, dai libri al cinema, al cibo, dedica un palcoscenico esclusivo alle etichette piemontesi con il primo Salone del Vino, dal 4 al 6 marzo. Nei sontuosi spazi di Palazzo Carignano, della Cavallerizza Reale, di Palazzo Birago di Borgaro e di Palazzo Cisterna con il suo splendido Giardino dei Principi, amatori e intenditori possono incontrare circa duecento tra produttori storici, giovani vignaioli, consorzi e associazioni, ascoltarne la storie e degustare alcuni dei vini migliori della regione. A corredo dell'appuntamento ufficiale, il 28 febbraio comincia anche il fuorisalone Off, con un programma di oltre cento appuntamenti nei grandi ristoranti e nelle enoteche della città, dove il vino è protagonista di masterclass, cene, spettacoli e incontri con scrittori e artisti. *salonedelvinotorino.it* SARA MAGRO

GOLOSO CHI LEGGE

Una rassegna di 40 ricette base (frolle, sfoglie, bagne, creme...) più 60 ricette di pasticceria classica che, come dice Andrea Tortora, sono «aperte», cioè interpretabili secondo il proprio gusto. *Andrea Tortora, I miei dolci infallibili, Gribaudo, 18,50 euro.*

Sapete che esistono circa 12.000 varietà di alghe? Alcune adatte a un consumo da crude, altre da cuocere, per ricette salate oppure dolci. Un libro-ricettario alla scoperta del mondo di questo strabiliante vegetale. *J.Desnoulez, Alghe, Guido Tommasi Editore, 27 euro.*

Fin dal primo capitolo si va dritto al punto: l'agricoltura da fonte di vita a problema ambientale. Un'analisi lucida dei sistemi produttivi attuali, compresi i modelli virtuosi. *P. Bevilacqua, Un'agricoltura per il futuro della terra, Slow Food Editore, 16,50 euro.*

FOTO AG. ADOBE STOCK

Cristiano Tomei, chef toscano legatissimo alla sua terra, ha aperto **Corteccia,** a due passi da piazza San Babila. Si mangia Una triglia a Milano, omaggio alla città, ma anche qualche piatto firma come la sua celebre Catalana al Parmigiano e cervella. *cortecciamilano.it*

Nel movimentato corso Garibaldi, tra la creativa Brera e i grattacieli di Porta Nuova, è stato inaugurato **Urban Hive Milano**, uno spazio multitasking e colorato con camere, aree di coworking e il Portico 84 Cafè & Bar. *urbanhivehotels.com*

MANGIARE, BERE, DORMIRE

COM'È VIVA LA CITTÀ

È il momento di tornare a Milano, sempre piena di idee e di novità da scoprire e gustare

Se al ristorante vi piace ordinare piatti diversi da condividere, **Zaïa** è il nuovo posto da provare, all'interno dell'hotel Aethos in zona Navigli. Cominciate da Riso Vialone nano con mizuna, gelato alla mandorla, noci macadamia e caviale. *@zaiarestaurantmilano*

La Milano da bere è sempre sorprendente. In piazza Alvar Aalto, **Tripstillery** è il primo cocktail bar con alambicco della città. Qui ognuno è libero di creare il suo distillato, liquore o amaro personalizzato, a cominciare dalla scelta di spezie e botaniche. *@tripstillery*

Tommy's Cafe è il nuovo locale griffato in Porta Venezia, di fianco alla boutique dello stilista Tommy Hilfiger: tessuti riciclati e luci futuristiche nella città più fashion d'Italia. *@tommys_caffe*

Clandestino non esiste è un nuovo indirizzo nel quartiere di Lambrate dove ci si ferma attratti dal profumo irresistibile. Viene da pane, croissant, tartelette, plumcake, biscotti e focacce appena sfornati ma anche dallo specialty coffee. *@clandestinononesiste*

TESTI S. MAGRO, FOTO L. VANNUCCHI, A. BLASETTI, S. ZANETTI, PION STUDIO

IL CONCORSO

BELLE PROMESSE

Un premio (e un programma) per giovani cuochi che puntano sulla responsabilità in cucina

Michele Antonelli (nella foto), il cuoco marchigiano del ristorante GastroBi di Ancona, si è aggiudicato il podio alla finale italiana della S.Pellegrino Young Chef Academy Competition 2022-2023, progetto nato per offrire ai giovani talenti opportunità di formazione, mentoring e perfezionamento con chef di fama mondiale. Il suo piatto *Spin the Cauliflower* sarà presentato alla finale internazionale in ottobre, perfezionato con Andrea Aprea nel ruolo di mentore. Dei dieci ragazzi che hanno partecipato alla competizione, altri tre si sono distinti per l'approccio responsabile, tema impellente anche nell'alta cucina: la chef peruviana Katherine Rios, dell'imminente ristorante Nina a Palestro (PV), ha vinto il Food for Thought Award; Danilo Vella, sous chef dell'Imperialino a Moltrasio (CO), ha ricevuto l'Award for Social Responsibility per il piatto *Come to Sicily with me* come prova che il cibo dà il meglio di sé quando è il risultato di pratiche socialmente responsabili; Marco Apicella, del Peschereccio di Vedano Olona (VA), è stato premiato con l'Award for Connection in Gastronomy per la capacità di interpretare le sue origini unendo tradizione e modernità. *sanpellegrinoyoungchefacademy.com* SARA MAGRO

FLOWER POWER

Prendi la classica lampada da tavola senza fili e capovolgila: così è nata la Poldina Reverso con il cappello che diventa una vaschetta dove mettere fiori, taralli, quel che si vuole. *zafferanolampesaporter.com*

UNA LEGGENDA

Dal 17 marzo al 21 maggio, nelle sale di Villa Medici a Roma, si visita la mostra *Orient-Express & Cie. Itinerario di un mito moderno:* un racconto del leggendario treno con foto d'autore di ieri e di oggi, disegni e manifesti d'epoca, gli itinerari storici, la vita a bordo. *villamedici.it*

FOTO BRAMBILLA SERRANI

Intervento realizzato con il cofinanziamento FEASR del Programma di Sviluppo Rurale 2014-2020 della Regione Toscana - sottomisura 3.2 annualità 2021

Il Toscano si tinge di rosa.

Sono nata in mezzo alla natura
e cresciuta in un frantoio tra il profumo
delle olive e il sapore pungente dell'olio.
È per questo amore profondo che ho scelto
di laurearmi in scienze agrarie, diventare
un'appassionata degustatrice e fare
dell'imprenditoria olearia
la mia professione. Posso sicuramente
affermare che la mia vita gira tutta
intorno all'olio Toscano.

Elena

Toscano
CONSORZIO PER LA TUTELA DELL'OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA TOSCANO IGP

Consorzio per la tutela dell'Olio Extravergine di Oliva Toscano IGP   www.oliotoscanoigp.it

exaltastudio.com

CENTO SFUMATURE DI «GRAZIE»

È incredibile quanto una parola così semplice faccia la differenza nei rapporti con gli altri. È il momento di riscoprirla

DI **FIAMMETTA FADDA**

Sono una collezionista di manuali di bon ton di cui mi divertono soprattutto i titoli come esercizio di fantasia editoriale considerando che, da monsignor Della Casa in poi, poco di nuovo si è verificato in termini di galateo (con l'eccezione del recente e sofisticatissimo Piccolo galateo illustrato per il corretto utilizzo dei libri, *edito da il Saggiatore, dove si spiega se è lecito fare le orecchie alle pagine). Eppure i titoli sono centinaia.*

Nulla però supera in immediatezza e invito al vivere civile il «grazie sì, grazie no», non a caso titolo di quel manuale di buone maniere, di Vera Rossi Lodomez e Ada Salvatore, edito da Domus nel 1954, così indovinato che quasi cinquant'anni dopo l'editore Xenia lo ha ripreso con *Sì grazie, no grazie,* dell'esperta Marzia Cremaschi.

Non c'è infatti parola altrettanto comune eppure così carica di sfumature di quel «grazie» che discende dal latino *gratia* e nobilita chi lo pronuncia e chi lo riceve. Tutto in sei lettere.

Che a seconda delle intenzioni e delle circostanze, a seconda del tono neutro o commosso, appassionato o ironico, reverente o dissacrante con cui sono pronunciate, si caricano di significati diversi.

GRAZIE!

... A CHI CI RENDE UN SERVIZIO

Preceduto da «per favore», va rivolto con un sorriso a chi ci serve il caffè al bar (invece di: «Caffè!» e, dalla generazione Z, «Ciao, caffè»). Lo stesso «grazie!» si rivolge al cameriere che ci serve al ristorante, alla cassiera del supermercato, al benzinaio. E, in crescendo, a chi ci aiuta in casa, dal custode all'idraulico, a tutti quelli che condividono il nostro spazio vitale.

... A CHI CI USA UNA CORTESIA

Merita un «grazie, molto gentile» chi si sposta sul marciapiede o tiene una porta aperta per farci passare, chi lascia il posto a sedere sui mezzi a una persona anziana o con un problema, chi si prodiga per dare un'indicazione stradale.

... GRAZIE, NO

È facile da dire quando si tratta di rifiutare il bis a tavola. Lo è meno quando è la risposta a una piccola seccatura. E allora l'educazione vuole che sia accompagnato da un accenno di gentilezza in più. Un'ottima palestra sono le offerte che arrivano sul cellulare annunciate da agganci confidenziali e quelle di chi insiste nel vendervi qualcosa per strada.

... GRAZIE, MA

È la variante urbana contemporanea di «grazie, no» ed è seguita da una breve spiegazione. Si usa per giustificare il rifiuto di un piatto non gradito, di un invito, di una proposta, di un'avance. È importante che sia credibile e accompagnata da un caldo «grazie di nuovo!».

RINGRAZIARE PER ISCRITTO

Cominciare una lettera di ringraziamento, ma anche una mail o un whatsapp, con «grazie», significa essere pigri e senza fantasia. L'ideale è partire con un breve apprezzamento e procedere in crescendo fino al finale «grazie». Il biglietto con cui Barack Obama ringraziava lo scrittore Yann Martel per avergli inviato il suo *Life of Pi* suonava così: «Mr Martel, mia figlia ed io abbiamo appena finito di leggere il suo *Life of Pi*. E concordiamo nell'amare i romanzi ricchi di animali. È un bel libro – una elegante testimonianza di Dio e del potere della scrittura. Grazie».

Fiammetta Fadda scrive di alta gastronomia e bien vivre. Ha diretto *Grand Gourmet*, è stata ospite di programmi televisivi di successo. È membro dell'Accademia Italiana della Cucina e Dame Chevalier de l'Ordre des Coteaux de Champagne.

FOTO M. CIARAMICOLI, ARCH. LCI

Gianluca Corona, *Adamo* (2012), olio su tavola.

NATURALE VS ARTIFICIALE

Il rispetto degli ingredienti nell'odierna «cucina di prodotto» rovescia il secolare primato di una creatività culinaria molto invasiva DI **MASSIMO MONTANARI**

D*alle culture dell'alimentazione al culto degli alimenti*. Così si intitola un volume appena pubblicato dall'Università di Coimbra (Portogallo) che raccoglie contributi di vari studiosi. Titolo suggestivo, da cui prendo spunto per una piccola riflessione: il «culto degli alimenti», ovvero l'importanza assegnata ai prodotti, ai singoli ingredienti di una preparazione culinaria, è un'ossessione tipica del nostro tempo. Non che sia mai mancata l'attenzione alla qualità, alle proprietà, all'origine dei prodotti: per quanto riguarda la tradizione italiana basta pensare all'umanista Platina (XV secolo) che nel trattato *Sul piacere onesto e la buona salute* prende in esame i prodotti a uno a uno, descrivendone le caratteristiche e le virtù secondo i consolidati schemi della precettistica medico-dietetica, però soffermandosi anche sulle particolari qualità di ciascuno a seconda dei luoghi di provenienza e dei metodi di trattamento; o a Bartolomeo Scappi, il cuoco più celebre dell'Italia rinascimentale, che precisa in modo dettagliato, piatto per piatto, l'identità dei prodotti serviti in ogni evento conviviale. Tuttavia, nella cultura medievale e rinascimentale – e così nei secoli successivi – quello che potremmo chiamare «elogio dell'ingrediente» cede sempre il passo all'attività di trasformazione, a un lavoro di cucina che tende decisamente a imporsi sulla «naturalità» degli ingredienti.

Massimo Montanari è professore di Storia dell'alimentazione all'Università di Bologna, dove ha fondato il master Storia e cultura dell'alimentazione. Presiede il comitato scientifico incaricato del dossier di candidatura della «cucina di casa italiana» all'Unesco.

Ciò che prevale, nella cultura gastronomica d'antan, è l'idea dell'artificio, capace di migliorare la natura inventando nuove forme e consistenze, nuovi colori e sapori. Nelle cronache medievali e rinascimentali il termine artificio – con gli aggettivi e gli avverbi che ne derivano: artificioso, artificiale, artificiosamente... – è sempre usato in senso positivo. Non è il prodotto a richiamare l'attenzione, ma il lavoro che si fa su di esso per piegarlo a fini creativi, non sempre rispettosi della sua «personalità». Questi procedimenti invasivi si riconoscono non solo nella cucina creativa dei cuochi di corte o di palazzo, ma anche nella cucina popolare che dà la preferenza a minestre e zuppe di lunga e lunghissima cottura, dove il singolo ingrediente tende a scomparire in un tutto omogeneo, diventando spesso irriconoscibile. In un modo o nell'altro, ciò che si valorizza non sono le caratteristiche naturali dei prodotti ma l'attività di cucina e di trasformazione.

Il successo di quella che oggi siamo soliti chiamare «cucina di prodotto», basata sul rispetto di ciò che la «natura» offre, sul piano storico è un'assoluta novità, figlia di un pensiero che si affaccia con la rivoluzione illuminista del Settecento (leggi Jean-Jacques Rousseau) rovesciando criteri di giudizio consolidati da secoli. È sulla scia di quel pensiero che a poco a poco ci siamo abituati a pensare che «naturale» è sinonimo di buono, mentre delle cose «artificiali» è meglio diffidare. Fino a non molto tempo fa, si pensava piuttosto il contrario. ■

DIFENDIAMO
LE API
AGIAMO
SOSTENIBILE
Noi di Mielizia ci siamo presi un impegno con la natura. Da sempre difendiamo le api, l'ambiente e la biodiversità, consapevoli del ruolo fondamentale dell'apicoltura nell'ecosistema. Siamo l'unica filiera del miele in Italia e, con oltre 600 apicoltori e 110.000 alveari, coltiviamo la biodiversità del territorio italiano e garantiamo prodotti buoni, tracciati e di alta qualità. Crediamo in quello che facciamo e proponiamo un nuovo modo di alimentarsi e di vivere, che guardi al futuro. Unisciti a noi, agiamo sostenibile: insieme per la biodiversità.
Mielizia
INSIEME PER LA BIODIVERSITÀ
Mielizia
BIO
TIGLIO
EMILIA ROMAGNA
BIO
PIEMONTE
BIO
MILLEFIORI
TOSCANA
BIO
CASTAGNO
TOSCANA
ldbadvertising.com

TORTA PREFERITA? LA CAPRESE

CHEESECAKE AL FORNO CON MOUSSE DI CIOCCOLATO

Sembra che questo dolce, che prende il nome dall'isola di Capri, sia nato da un errore, la «dimenticanza» della farina. Noi l'abbiamo interpretato con diverse variazioni e una costante: il cioccolato

RICETTE **SARA FOSCHINI**, TESTI **LAURA FORTI**
FOTO **GUIDO BARBAGELATA**, STYLING **BEATRICE PRADA**

CAPRESE BIANCA AL LIMONCELLO

CROSTATA CON GANACHE FONDENTE ALL'ARANCIA

TRADIZIONALE

CHEESECAKE AL FORNO CON MOUSSE DI CIOCCOLATO

Impegno Facile
Tempo 1 ora e 30 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 8-10 PERSONE

PER LA BASE
200 g biscotti secchi
150 g burro
PER LA MOUSSE
250 g formaggio bianco fresco spalmabile
200 g ricotta
200 g cioccolato fondente al 70%
150 g zucchero semolato
150 g mandorle senza pelle
50 g amido di mais – 3 uova
PER LA GLASSA
100 g cioccolato fondente al 70%
45 g panna fresca – 15 g burro

PER LA BASE
Sbriciolate finemente i biscotti e mescolateli con il burro fuso. Distribuite il composto in uno stampo a cerniera (ø 20 cm, h 6 cm) e pressatelo bene, in modo da compattarlo e creare la base per la cheesecake.
PER LA MOUSSE
Fondete il cioccolato a bagnomaria o nel forno a microonde.
Mescolatelo con le mandorle tritate in una farina grossolana e unite anche gli altri ingredienti, ottenendo un composto cremoso.
Versatelo sopra la base di biscotti e infornate a 170 °C per 50 minuti circa.
Sfornate la torta e lasciatela raffreddare completamente.
PER LA GLASSA
Fondete il cioccolato e scaldate la panna. Versatela sul cioccolato fuso, e poi stemperate con 1 cucchiaio di acqua tiepida; mescolate e unite anche il burro, facendolo fondere nel composto.
Glassate la torta e completate decorandola a piacere: noi abbiamo utilizzato dei biscottini con fiori eduli.

CAPRESE BIANCA AL LIMONCELLO

Impegno Medio
Tempo 1 ora e 20 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 8 PERSONE
250 g mandorle senza pelle
200 g burro
150 g cioccolato bianco
125 g zucchero
5 uova
2 limoni
limoncello – sale
mandorle a lamelle

Montate a neve gli albumi.
Fondete il cioccolato con il burro, su un bagnomaria dolce.
Tritate le mandorle in farina, incorporatevi il cioccolato fuso con il burro e unite 2 cucchiai di limoncello (o più, a piacere).
Aggiungete quindi anche i tuorli e un pizzico di sale e, alla fine, incorporate gli albumi montati, un po' alla volta, delicatamente, per non smontarli.
Distribuite il composto in uno stampo rettangolare (25x15x2,5 cm), imburrato e foderato con carta da forno.
Infornate a 160 °C per 30-35 minuti.
Sfornate e lasciate raffreddare la torta prima di sformarla dallo stampo.
Decorate con fettine di limone, scorze di limone fatte bollire per tre volte, e lamelle di mandorla.

CROSTATA CON GANACHE FONDENTE ALL'ARANCIA

Impegno Medio
Tempo 1 ora e 20 minuti più 2 ore e 40 minuti di raffreddamento
Vegetariana

INGREDIENTI PER 10-12 PERSONE
PER IL GUSCIO DI PASTA FROLLA
200 g farina
130 g burro morbido
110 g farina di mandorle
80 g zucchero
60 g uovo
1 tuorlo
1 stella di anice
PER LA GANACHE
300 g cioccolato fondente
300 g panna fresca
1 arancia
PER COMPLETARE
arancia
mandorle
anice stellato

PER IL GUSCIO DI PASTA FROLLA
Mescolate le farine con il burro, lo zucchero, l'uovo e il tuorlo, unite i semi di anice pestati e impastate tutto, fino a ottenere un panetto morbido.
Avvolgetelo nella pellicola e lasciatelo riposare in frigorifero per 20 minuti.
Stendetelo quindi a uno spessore di 4 mm e con esso foderate uno stampo da crostata quadrato (cm 22); rifilate la pasta ai bordi e ponete lo stampo in frigorifero per altri 20 minuti.
Bucherellate quindi il fondo con una forchetta, copritelo con un foglio di carta da forno, riempite con fagioli secchi o con le apposite perline per la cottura in bianco.
Infornate la torta a 180 °C per circa 30 minuti. Sfornate, togliete i fagioli e la carta e lasciate raffreddare.
PER LA GANACHE
Portate a bollore la panna con la scorza di ½ arancia grattugiata. Versatela sul cioccolato tritato. Mescolate bene, fino a ottenere una crema liscia e lucida. Unitevi 30-40 g di succo di arancia e mescolate nuovamente.
Versate la ganache all'arancia nel guscio di frolla e lasciate raffreddare la crostata in frigorifero per almeno 2 ore.
PER COMPLETARE
Decorate la torta con fettine di arancia, mandorle tagliuzzate e stelle di anice.

CAPRESE TRADIZIONALE

Impegno Facile
Tempo 1 ora più 1 ora di raffreddamento
Vegetariana

INGREDIENTI PER 8-10 PERSONE
300 g mandorle con la pelle
200 g burro
200 g zucchero
200 g cioccolato fondente
5 uova
rum

Tritate finemente le mandorle e il cioccolato.
Lavorate lo zucchero con il burro fino a ottenere una crema.
Sbattete le uova e unitele al composto, quindi incorporate le mandorle e il cioccolato tritati.
Aggiungete 2 cucchiai di rum e mescolate in modo da ottenere un composto omogeneo.
Versatelo in una tortiera leggermente svasata (ø 22 cm), imburrata e foderata con carta da forno, anch'essa imburrata.
Infornate a 160 °C per 30-35 minuti.
Sfornate la caprese e lasciatela raffreddare del tutto, quindi sformatela e servitela spolverata a piacere con zucchero a velo.

I SEGRETI DELLA POLENTA BUONA

Riccarda Boroni prepara i piatti tipici della Val Rendena come si faceva una volta. Con prodotti dei dintorni o del suo orto, senza sprechi e senza limiti tra dolce e salato

DI **SARA MAGRO**, FOTO **JACOPO SALVI**

Alcuni piatti del ricettario di Riccarda Boroni, nella pagina accanto: salamino a fette rosolate nel burro con una spruzzata di aceto, *polenta cunciada* e *stridina*, un dolce fatto con pane raffermo tostato, condito con olio extravergine di oliva, zucchero e vino, e scaldato in forno prima di servirlo.

Non penserete che preparare la polenta sia una cosa semplice? Secondo Riccarda Boroni, ex magliaia, single per scelta, nonna adottiva dei figli dei suoi cugini, ci sono alcuni segreti per farla perfetta: farina di qualità, paiolo in rame, mestolo di abete e, naturalmente, stufa a legna dove viene meglio perché cuoce direttamente sul fuoco. Facile per Riccarda, che abita a Bocenago, un paesino prima di Pinzolo in Val Rendena, dove la pregiata farina di Storo, ottenuta da pannocchie rosse, si trova in qualunque supermercato, e quasi tutti hanno in casa un paiolo e un bastone di legno per mescolare. «Quando si addensa, bisogna girare vigorosamente per almeno quarantacinque minuti», spiega la signora. Una volta pronta, si versa su un tagliere e da lì si procede secondo ricetta. Un suo cavallo da battaglia è la *polenta cunciada* (da non confondere con quella concia): la divide in gnocchetti della dimensione di un cucchiaio, li mette a strati in una zuppiera con tanto formaggio grana in mezzo, e li condisce con abbondante burro fuso e salvia. Non leggerissima, ma squisita. Oppure la serve a fette con crauti, cotechino e *pivarada*, una crema di pane molto pepata che si fa da quelle parti. «Sa la cosa bella della polenta?», chiede. «Non se ne butta nemmeno una briciola. Quella avanzata si può abbrustolire e mangiare con il formaggio, oppure si rosola in padella con burro e zucchero, tagliata a fettine sottilissime. Una merenda deliziosa». Polenta a parte, Riccarda, depositaria di molte ricette trentine di una volta, è tra le poche che fanno ancora il *patùgol*, un pasticcio di patate e formaggio tipico delle Valli Giudicarie, e la torta di erbette (del suo orto) con uva sultanina e zucchero a velo, a dimostrare che nella cucina di casa e del riciclo tra dolce e salato non c'è confine.

Polenta, cotechino e crauti con la pivarada

«Per la polenta, porto a bollore nel paiolo messo sulla stufa (*o in una casseruola con il fondo pesante*, ndr) un litro e mezzo scarso di acqua con 1 cucchiaino di sale. Tuffo due farine di mais, una grossa e una fina, 150 grammi per tipo, e intanto mescolo velocemente con una frusta per non creare grumi; cuocio la polenta per 45 minuti circa senza smettere di rimestarla con il bastone o con un cucchiaio di legno. Il cotechino lo bucherello con uno stecchino e lo faccio sobbollire per un'ora e mezza, partendo da acqua fredda, poi cambio l'acqua e lo lesso ancora un'altra ora e mezza tenendo da parte un po' di quest'ultima acqua. Cuocio i crauti in un soffritto di cipolla e pancetta per tre ore. Per la pivarada, stempero il pangrattato con poca acqua fredda, lo insaporisco con mezzo dado vegetale, un po' di burro, un mestolino della seconda acqua del cotechino tenuta da parte e pepe macinato, poi la cuocio per 45 minuti e verso la fine aggiungo una bella manciata di grana grattugiato. La consistenza dovrà risultare cremosa, come quella del semolino».

Sopra, la cucina economica di Riccarda Boroni, che d'inverno riscalda anche l'ambiente. Sotto, Riccarda prepara il salamino da servire con la polenta. Nella pagina accanto, per evitare i grumi nella polenta, si butta la farina a pioggia, mescolandola con una frusta.

PER IPER LA GRANDE I

BUONO COME UNA PERA

dolci, succose, saporite, le pere sono un ingrediente delizioso – ancora più buono se scelto con cura e amore. Per selezionare frutta e verdura ci vuole passione, come quella delle persone che ogni giorno si occupano del reparto ortofrutta di Iper La grande i e di Ortofin, la piattaforma di Iper che gestisce il processo di selezione dei fornitori. Nei punti vendita frutta e verdura finiscono sui banchi o vengono utilizzate in pasticceria, dove quotidianamente si preparano e si sfornano dolci davanti agli occhi dei clienti. Uno dei fiori all'occhiello di Iper è proprio la pasticceria, che segue la stagionalità e propone ricette sempre nuove, anche a base di pere! Crostate per fare merenda, torte per la domenica, brioche per la colazione di ogni giorno... preparate con frutta fresca, confettura o goloso cioccolato. Per addolcire la vita, con qualità e convenienza. **WWW.IPER.IT**

Iper rende la qualità accessibile a tutti anche nel reparto ortofrutta. Sin dal primo giorno, nel 1974, Iper ha un unico obiettivo: selezionare, laddove possibile, prodotti italiani, con un'attenzione scrupolosa per il fresco e freschissimo, per le piccole produzioni locali e per le tradizioni a rischio di estinzione.

TARTE TATIN DI PERE

INGREDIENTI PER 6 PERSONE

165 g farina – 130 g burro
100 g zucchero semolato
30 g uovo – 6 g zucchero a velo
4 pere – cannella in polvere – sale

Preparate la pasta brisée: impastate la farina con 80 g di burro ottenendo un insieme un po' sabbioso. Unitevi 15 g di acqua nella quale avrete sciolto lo zucchero a velo e un pizzico di sale. Aggiungete anche l'uovo e impastate tutto fino a ottenere un composto omogeneo.
Modellatela a mattonella un po' schiacciata, avvolgetela nella pellicola alimentare e fatela riposare in frigorifero per 40 minuti.
Sbucciate 3 pere, tagliatele in 4 spicchi ciascuna ed eliminate i torsoli. Sbucciate la quarta pera e tagliatene una rondella: servirà per il centro dello stampo.
Disponete in una tortiera antiaderente (ø 22 cm) 50 g di burro a fiocchetti e cospargetela con lo zucchero semolato. Disponete gli spicchi di pera uno ben vicino all'altro, con la punta rivolta verso il centro e la parte tagliata verso l'alto, fino a riempire lo stampo; sistemate al centro la rondella di pera, tagliandola in pezzetti più piccoli, se serve.
Stendete la pasta a uno spessore di 4-5 mm, ritagliate un disco dello stesso diametro dello stampo e adagiatelo sopra le pere, rincalzandolo lungo il bordo.
Infornate a 220 °C per circa 30 minuti, poi coprite la superficie con un foglio di alluminio e cuocete per altri 8-10 minuti. Sfornate e ribaltate subito la torta; completate con un po' di cannella.

4 INGREDIENTI PER 4 MERENDE

Banana, ricotta e panna per una dolcezza vellutata, pistacchio per la nota croccante e il colore: 4 idee facili per uno spuntino nutriente che piacerà a grandi e piccoli

MANGIAEBEVI DI BANANA E RICOTTA AL PISTACCHIO

Impegno Facile
Tempo 10 minuti
Vegetariana senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

60 g ricotta
20 g panna fresca
2 banane
2 cucchiaini di crema di pistacchio
2 cucchiaini di miele
granella di pistacchio

Raccogliete tutti gli ingredienti, tranne la granella di pistacchio, nel bicchiere del frullatore e azionatelo fino a ottenere una crema fluida.
Distribuitela nelle tazze e completate con la granella di pistacchio, in quantità a piacere.

GELATINI CROCCANTI DI BANANA, PANNA E RICOTTA

Impegno Facile
Tempo 15 minuti
più 12 ore e 20 minuti di raffreddamento
Vegetariana senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

120 g ricotta
120 g banana
50 g panna fresca
50 g latte
miele
granella di pistacchio

Asciugate bene la ricotta tenendola posata per 2 ore su alcuni fogli di carta da cucina sovrapposti.
Lavoratela poi con una forchetta amalgamandola con la banana, la panna, il latte e 2 cucchiai di miele.
Mescolate ulteriormente con due o tre impulsi di mixer a immersione, per uniformare meglio gli ingredienti, quindi distribuite la crema ottenuta nei comparti di una vaschetta per il ghiaccio in silicone, a cubetti.
Riponetela in freezer per circa 20 minuti quindi, quando comincia a consolidarsi, infilate in ogni cubo uno stecchino da lecca lecca (vanno bene sia quelli a sezione tonda sia quelli piatti da ghiacciolo). Lasciate quindi consolidare per 12 ore.
Togliete infine i gelatini dalla vaschetta e serviteli dopo averli passati nella granella di pistacchio.

«CANNOLO» DI PANCARRÉ CARAMELLATO RIPIENO DI RICOTTA DOLCE ALLA PAPRICA

Impegno Facile
Tempo 30 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

120 g ricotta
60 g panna fresca
2 cucchiaini di miele
paprica dolce in polvere
pane per tramezzini in fette lunghe
zucchero di canna
granella di pistacchio

Mescolate la ricotta con la paprica (dosatela secondo il vostro gusto), 40 g di panna e il miele fino a ottenere una crema liscia.
Ritagliate dalle fette di pane per tramezzini 4 quadrati di 10 cm.
Stendete delicatamente con il matterello ciascun quadrato di pane, spennellatelo da ogni lato con poca panna e arrotolate il quadrato a mo' di cannolo su un apposito cilindro di metallo.
Caramellate i cannoli in padella con un paio di cucchiai di zucchero di canna, voltandoli su tutti i lati.
Lasciate raffreddare, poi sfilate i cilindri di metallo e farcite i cannoli con la ricotta.
Completate con granella di pistacchio.

BANANA CARAMELLATA E MOUSSE DI RICOTTA AL PISTACCHIO

Impegno Facile
Tempo 30 minuti
Vegetariana senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

120 g ricotta – 30 g panna fresca
20 g crema di pistacchio
2 grosse banane
zucchero di canna – miele
paprica dolce in polvere

Mescolate la ricotta con la panna, 1-2 cucchiaini di miele e la crema di pistacchio fino a ottenere una mousse di consistenza soffice e liscia.
Dividete le banane a metà e poi ancora a metà nel senso della lunghezza.
Caramellate le fette di banana con lo zucchero di canna, facendone sciogliere 2-3 cucchiaiate in una padella: quando comincia a prendere colore, aggiungete le fette; voltatele in modo da caramellarle su entrambi i lati.
Profumate alla fine con paprica dolce e servite con la mousse di ricotta al pistacchio.

RICETTE **SARA FOSCHINI**
TESTI **ANGELA ODONE**
FOTO **GUIDO BARBAGELATA**
STYLING **BEATRICE PRADA**

I ravioli «della casa» con ripieno di ricotta di bufala e spinaci. Nella pagina accanto, Andrea Spalletti Trivelli davanti a un arazzo nel salone principale della villa.

PREGO, SERVITEVI LIBERAMENTE

In un angolo tranquillo di Roma, Villa Spalletti Trivelli, una dimora carica di storia, offre un'accoglienza elegante e discreta e una cucina semplice legata alle tradizioni di famiglia

DI **ROBERTO ZICHITTELLA**, FOTO **ANDREA DI LORENZO**

Nessuna insegna, niente porte girevoli, nessun portiere in livrea, nessun via vai di taxi davanti all'ingresso. Solo una targa dorata accanto a un elegante portone dove ci si fa aprire citofonando. Siamo in via Piacenza, un angolo tranquillo di Roma, a due passi dal Quirinale. Qui Villa Spalletti Trivelli accoglie con discrezione i suoi ospiti. «Chi arriva nota come prima cosa che non sta entrando in un hotel. Volevamo differenziarci e offrire un'ospitalità da famiglia romana. Un'atmosfera esclusiva dove la privacy è al primo posto. Offriamo servizi a cinque stelle, ma lasciando che i clienti vivano la Villa come la loro casa. Chi lo desidera, per esempio, può servirsi da bere senza doverlo chiedere allo staff», spiega Andrea Spalletti Trivelli, esponente della quinta generazione della famiglia proprietaria della villa. Anche l'offerta della cucina aiuta a ritrovare questo calore, proponendo i piatti semplici e accoglienti che preparava il cuoco di casa e che i nonni e i genitori del titolare hanno voluto conservare.

La residenza fu fatta costruire all'inizio del Novecento da Gabriella Rasponi, vedova del conte Venceslao Spalletti Trivelli, senatore del Regno, nipote di Gioacchino Murat e di Carolina Bonaparte (sorella di Napoleone), trisnonna di Andrea. Da qui sono passati personaggi della politica e della cultura, compreso Rabindranath Tagore, premio Nobel per la letteratura nel 1913.

La villa è stata trasformata in hotel nel 2006. Al piano terra ci sono gli spazi comuni: l'ingresso con il pavimento realizzato con i frammenti dei mosaici delle Terme di Costantino, la sala da pranzo, il salone impreziosito da due arazzi fiamminghi del Cinquecento e da una tela di Rubens e bottega, la biblioteca con migliaia di libri e la boiserie realizzata a Firenze a fine Ottocento. C'è anche l'accesso a un silenzioso e ampio giardino. Al piano superiore le camere e le suite. Alcune di queste sono nel palazzo di fronte. Nel sottosuolo un centro benessere che offre ai clienti momenti di relax. «Chi viene qui», conclude il padrone di casa, «può sentirsi come uno di noi, muovendosi in libertà, godendo il respiro di una Roma diversa da quella dei luoghi più scontati e turistici». ■

I ravioli

IMPEGNO MEDIO

TEMPO 1 ORA E 20 MINUTI PIÙ 2 ORE DI RIPOSO

PER 6 PERSONE

PER LA PASTA 400 g semola rimacinata di grano duro 200 g farina 00 – 6 uova – sale olio extravergine di oliva
PER IL RIPIENO 500 g ricotta di bufala – 200 g spinaci 150 g parmigiano grattugiato 3 uova intere – 2 tuorli noce moscata – sale – pepe

Mescolate farina e semola con una presa di sale, impastatele con le uova e 1-2 cucchiai di olio, amalgamando benissimo; lasciate riposare per 1-2 ore. Tritate al coltello gli spinaci (fini) e amalgamateli con tutti gli altri ingredienti del ripieno, finché non si crea un ripieno cremoso, denso e omogeneo. Stendete la pasta (con la planetaria: livello 6). Distribuite sulle sfoglie 1 cucchiaino da tè di ripieno per ciascun raviolo. Rigirate la pasta sopra il ripieno e sigillatela tutto intorno. Tagliate i ravioli nella forma preferita. Lessateli e conditeli a piacere con burro fuso e salvia.

Le polpettine al limone

IMPEGNO FACILE

TEMPO 1 ORA

PER 10 PERSONE

500 g polpa di pollo – 500 g polpa di vitello – 100 g pangrattato 100 g parmigiano – 3-4 uova 2 limoni – brodo vegetale latte – farina – burro olio extravergine di oliva noce moscata – sale – pepe

Macinate le carni per due volte; mescolatele con il pangrattato imbevuto nel latte e ben strizzato, il parmigiano, le uova, la scorza grattugiata e il succo di 1 limone, noce moscata, sale e pepe. Una volta ben amalgamato il tutto, modellate delle piccole palline (3 cm di diametro circa) e passatele nella farina. In una padella scaldate 1 cucchiaio di burro e 1 cucchiaio di olio d'oliva. Friggetevi le polpettine per 1-2 minuti. In un'altra padella scaldate del brodo vegetale con acqua, unite le polpettine fritte e cuocetele a fuoco medio-basso per 20-25 minuti. Quando saranno quasi pronte, aggiungete il secondo limone spremuto e finite di cuocere per 2-3 minuti.

In alto, Villa Spalletti Trivelli vista dal giardino. Sopra, a sinistra, una stampa con una veduta di Roma; a destra, la decorazione della sala da pranzo, dove è servita la colazione e, su richiesta, semplici piatti del ricettario di famiglia. Sotto, da sinistra, un elegante mobile negli spazi comuni, la grande sala con uno dei due arazzi di scuola fiamminga, un dettaglio della tavola apparecchiata.

UNA QUALITÀ SPETTACOLARE

PROSCIUTTO DI SAN DANIELE, MIELE, ZAFFERANO, AMARONE. *Incontro con quattro capolavori dei nostri territori, da assaggiare subito nelle ricette che abbiamo creato per esaltarne le doti*

DI **CARLO OTTAVIANO** E **VALENTINA VERCELLLI**, RICETTE **CRESCENZO MORLANDO**
FOTO **MASSIMO BIANCHI**, STYLING **BEATRICE PRADA**

PROSCIUTTO DI SAN DANIELE

Dei trenta prosciutti italiani, l'unico con lo zampino e la forma a chitarra è il San Daniele. Lasciare il piedino – spiegano i 31 produttori del Consorzio – favorisce il drenaggio dell'umidità e la stagionatura. La forma è invece data dalla pressatura, un'esclusiva del San Daniele Dop. Un altro primato – secondo l'*Atlante dei salumi* dell'Istituto nazionale di sociologia rurale – è l'antica tradizione. Che risale agli anni Mille, epoca in cui il patriarca di Aquileia pretendeva prosciutti come pagamento delle tasse. Valevano tanto che, cinquecento anni dopo, soldati armati dovettero scortare fino a Trento «trenta paia di parsutti» destinati ai vescovi riuniti in Concilio. Tra gli «ingredienti», fondamentale è il microclima creato dall'incontro tra le brezze dell'Adriatico e i freddi venti delle Alpi Carniche. Solo qui, negli arieggiati saloni di San Daniele del Friuli, stagionano i famosi prosciutti, dopo una preparazione nel rispetto del disciplinare su allevamenti, razze e peso dei maiali (non meno di 160 chili), salagione (solo con sale marino e nazionale), quantità di grasso (almeno 15 mm ai bordi).

PROSCIUTTO DI SAN DANIELE, FOCACCIA, ALBICOCCHE E BURRATA

CARTA D'IDENTITÀ

DOVE NASCE

A San Daniele del Friuli, dove stagionano le cosce provenienti da allevamenti di razze italiane di 10 regioni d'Italia.

CARATTERISTICHE

Il colore è rosso-rosato nella parte magra, bianco candido in quella grassa. L'aroma si fa più persistente con la stagionatura, con note di crosta di pane, frutta secca e malto d'orzo. Inconfondibile la sua dolcezza.

CONSUMO

Se acquistato già affettato – sempre molto sottile – va consumato in giornata. In frigorifero si conserva tra 1 e 7 °C. Se intero, va tenuto in luogo fresco, avvolto in un panno umido con l'eventuale taglio protetto da un foglio di alluminio.

PREZZO

Dipende dalla stagionatura (almeno di 13 mesi). Nella grande distribuzione, già affettato, si trova a partire dai 35 euro al chilo.

MIELE

Lo consumiamo così come le api ce lo consegnano. Ogni varietà è espressione del territorio e delle varie fioriture: avvolgente e fruttato il millefiori; floreale e agrumato quello di zagara; di eucalipto è molto intenso, con una nota affumicata finale e sapore leggermente salato; di acacia, molto delicato, è ideale in tè e infusi. Più rari (e cari) sono quelli di cardo, carrubo, lupinella o asfodelo. Quello di sulla (erba delle Leguminose) è apprezzato dagli chef, che il miele non lo usano solo nei dolci. Eccolo, per esempio, in alcune marinature (ne basta un cucchiaio mescolato con olio e limone) per rendere più tenera e saporita la carne. Mentre l'insalata più piccante e aspra diventerà armonica e delicata stemperandone un po' nell'aceto. Il miele dà una marcia in più anche ai cocktail. Un mondo tutto da esplorare, quello dell'alveare, che comprende la cera d'api, il polline, il propoli, la pappa reale e la meno nota melata, ricavata non dal nettare, come il miele, ma dalle secrezioni zuccherine che alcuni insetti lasciano sugli alberi dopo essersi nutriti della loro linfa.

SPAGHETTI AL MIELE

CARTA D'IDENTITÀ

ORIGINE

Esiste da sempre. Vasetti sono stati trovati nelle tombe egizie; nell'antica Grecia era considerato cibo degli dei; nel Medioevo veniva usato per conservare gli alimenti.

APICOLTORI

In Italia i professionisti sono circa 20.000 e almeno 15.000 gli amatoriali. Il consorzio Conapi (600 soci con 100.000 alveari) è il primo produttore di miele biologico in Europa.

ETICHETTA

L'Italia è l'unico Paese europeo che impone l'indicazione delle origini territoriali. Altrove gli inganni sono frequenti, tant'è che è il terzo prodotto più contraffatto (dopo latte e olio di oliva).

CONSERVAZIONE

Viene indicata una scadenza di due anni, ma il miele – conservato a temperatura ambiente e non esposto a luce diretta – dura a lungo. Non è un difetto l'eventuale cristallizzazione.

ZAFFERANO

È la spezia più costosa al mondo, e vale tutto il suo prezzo. Per ogni grammo di «oro rosso» servono 200 fiori (cioè 200.000 per un chilo e 500 ore di lavoro). Ovviamente, non mancano contraffazioni (la più comune, le barbe di mais colorate) e per questo è bene scegliere zafferano made in Italy. Da sempre nell'area del Mediterraneo viene coltivato il *Crocus Sativus*, nel cui fiore lilla convivono tre pistilli rossi (l'apparato femminile) e tre stami gialli (gli organi maschili). In Sardegna c'è dal tempo dei Fenici; in Abruzzo dal Trecento, quando lo portò dalla Spagna un monaco benedettino; da San Gimignano già nel XII secolo lo esportavano addirittura in alcune città orientali e africane. Dopo la raccolta (in ottobre, rigorosamente manuale all'alba, per evitare che il fiore si schiuda), in Italia l'essiccazione degli stimmi (la parte finale dei pistilli) è naturale, a differenza di altri luoghi del mondo dove spesso avviene meccanicamente (lasciando un sentore finale di tostato). Particolarità della Dop della Sardegna è che gli stimmi vengono umettati con olio extravergine di oliva prima di essere posti in essiccazione. In cucina, grazie alla sua intensità, ne basta un pizzico per profumare risotti, guazzetti di pesce e molluschi, spezzatini di carne e verdure, ma anche dolci, creme e gelati.

CARTA D'IDENTITÀ

DOVE NASCE

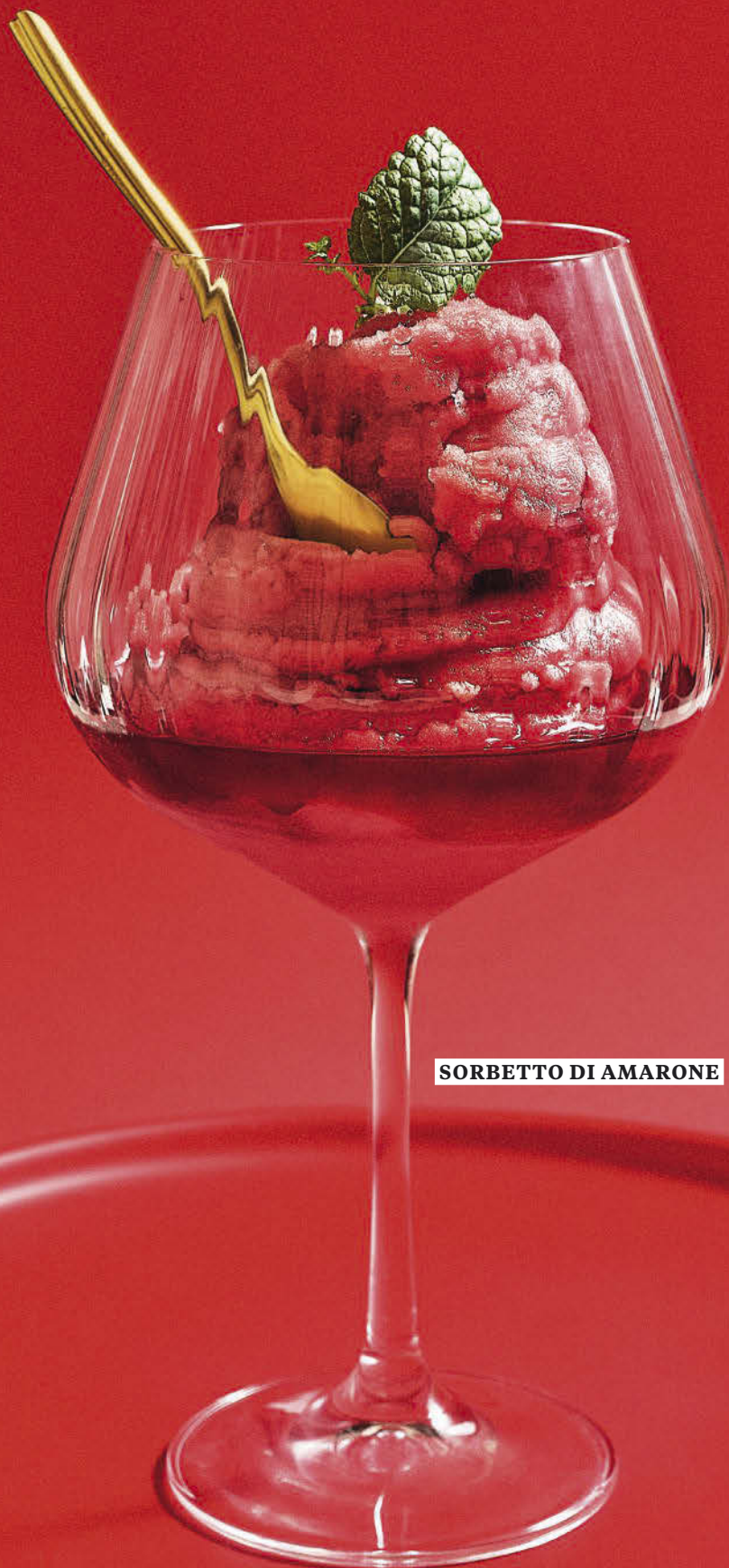
Le Dop sono il rosso porpora dell'Aquila (13 comuni sull'altopiano di Navelli), il rosso brunastro di San Gimignano e il rosso brillante del Sud della Sardegna.

CARATTERISTICHE

L'aroma è caldo, di fieno tagliato, pungente. Il colore è rosso vivo (se spento o chiaro potrebbe non essere puro).

USO

Gli stimmi vanno reidratati per almeno 30 minuti in acqua calda, ma non bollente. In polvere è già pronto per il consumo. Assorbe facilmente l'umidità; conservato in contenitore di vetro, in luogo asciutto e buio resta immutato per molti anni.

CRÈME BRÛLÉE ALLO ZAFFERANO

SORBETTO DI AMARONE

AMARONE

Come spesso capita con le invenzioni di successo, la storia del vino Amarone comincia con un errore. In Veneto, in Valpolicella, c'è da secoli l'usanza di appassire le uve rosse locali (soprattutto corvina, corvinone, rondinella e molinara) per ottenere un vino rosso, dolce e concentrato, il Recioto. Nella primavera del 1936, il cantiniere della cantina sociale Valpolicella Negrar scoprì una botte dimenticata; ne assaggiò il contenuto ed esclamò: «Questo vino non è amaro, è amarone!». Che cosa era successo? Il Recioto aveva continuato a fermentare e aveva perso la sua caratteristica dolcezza, diventando, così, secco. L'epiteto piacque e presto sostituì la dicitura «Recioto tipo secco», che già si produceva, in modo più o meno casuale. Nel 1953 la cantina Bolla organizzò una grande festa a Milano e fece assaggiare agli invitati l'annata 1950 di Amarone. Da quel momento, la storia di questo rosso veneto ha conosciuto solo successi. La Doc arriva nel 1968, la Docg nel 2010 e oggi «la tecnica di appassimento delle uve della Valpolicella» è candidata a diventare Patrimonio immateriale dell'Umanità dell'Unesco. Attualmente, la denominazione prevede tre diciture: Amarone Classico, se è prodotto nei comuni di Fumane, San Pietro in Cariano, Sant'Ambrogio di Valpolicella, Marano di Valpolicella e Negrar; Amarone Valpantena, se prodotto nella omonima sottozona dei Monti Lessini; Amarone Riserva, se invecchiato per almeno quattro anni. Le bottiglie prodotte sono poco meno di 20 milioni, contese tra molti Paesi del mondo.

CARTA D'IDENTITÀ

DOVE NASCE
In Valpolicella, zona collinare nel Veneto occidentale.

METODI DI PRODUZIONE
Dopo l'appassimento delle uve (3-4 mesi), che permette di concentrare zuccheri e aromi, avviene una lenta macerazione, che si protrae per 30-40 giorni. L'invecchiamento avviene in botti di legno, per almeno due anni.

CARATTERISTICHE
È un rosso corposo e strutturato, poco tannico, molto alcolico e, a dispetto del nome, con un sapore morbido e aromi che ricordano i frutti di bosco, la frutta passita, le spezie, il cioccolato, il tabacco e il caffè.

SERVIZIO
Va degustato sui 18 °C, in calici ampi, che ne favoriscano l'ossigenazione.

ABBINAMENTI
Con piatti di pari sapore e struttura: formaggi stagionati, grandi arrosti, brasati, stracotti, spezzatino, bollito misto, carni alla griglia e selvaggina. Ottimo anche da solo, dopo cena, come vino da meditazione.

PROSCIUTTO DI SAN DANIELE, FOCACCIA, ALBICOCCHE E BURRATA

Impegno Medio
Tempo 45 minuti
più 8 ore di lievitazione

INGREDIENTI PER 8 PERSONE
300 g **farina 00**
200 g **farina Manitoba**
50 g **olio extravergine di oliva**
15 g **sale – 10 g zucchero**
5 g **lievito di birra fresco**
PER COMPLETARE
300 g **prosciutto di San Daniele affettato**
300 g **burrata**
albicocche secche

Mescolate le farine con il lievito sbriciolato e impastate con 320 g di acqua, l'olio e lo zucchero. A metà lavorazione integrate il sale nell'impasto.
Continuate a impastare fino a ottenere una consistenza liscia e omogenea.
Coprite con un telo umido e lasciate lievitare in un luogo fresco. Dopo 1 ora stendete appena l'impasto e piegatelo in tre, a portafoglio. Ripetete l'operazione a ogni ora, piegando l'impasto in senso ortogonale al precedente.
Stendetelo infine in una teglia; spruzzatelo con acqua e infornatelo a 180 °C per 15 minuti circa: sarà pronto quando la temperatura al cuore avrà raggiunto 92 °C.
Distribuite sulla focaccia, ormai raffreddata, fiocchetti di burrata e fette di prosciutto; completate con albicocche secche a pezzetti.

SPAGHETTI AL MIELE

Impegno Facile
Tempo 35 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 6-8 PERSONE
350 g **spaghetti**
150 g **pangrattato di grano duro**
100 g **miele di acacia**
100 g **mandorle a lamelle**
olio extravergine di oliva
limone bio – menta
pepe bianco in grani
peperoncino fresco – sale

Lessate al dente gli spaghetti, scolateli, conditeli con un filo di olio e stendeteli su un vassoio a intiepidire.
PER IL CONDIMENTO
Tostate in padella per pochi minuti il pangrattato con le mandorle a lamelle e un po' di pepe bianco macinato finché le mandorle non saranno appena dorate. Scaldate leggermente il miele per renderlo fluido.
Condite gli spaghetti ormai tiepidi con il miele, mantecando bene. Completate con scorza grattugiata di limone, menta, peperoncino e abbondante pangrattato con le mandorle.
Pasta all'aperitivo Piatto inconsueto e delizioso della tradizione siciliana, si prepara di solito per la festa di San Giuseppe. Dato il suo sapore marcatamente dolce, l'ideale è servirlo in porzioni molto contenute, adatte, per esempio, per accompagnare un aperitivo o un cocktail. Ottimo da provare anche il miele di ferula, delicato, non troppo dolce; è prodotto in Sicilia dalle autoctone api nere sicule.

CRÈME BRÛLÉE ALLO ZAFFERANO

Impegno Facile
Tempo 30 minuti
più 2 ore di raffreddamento
Vegetariana

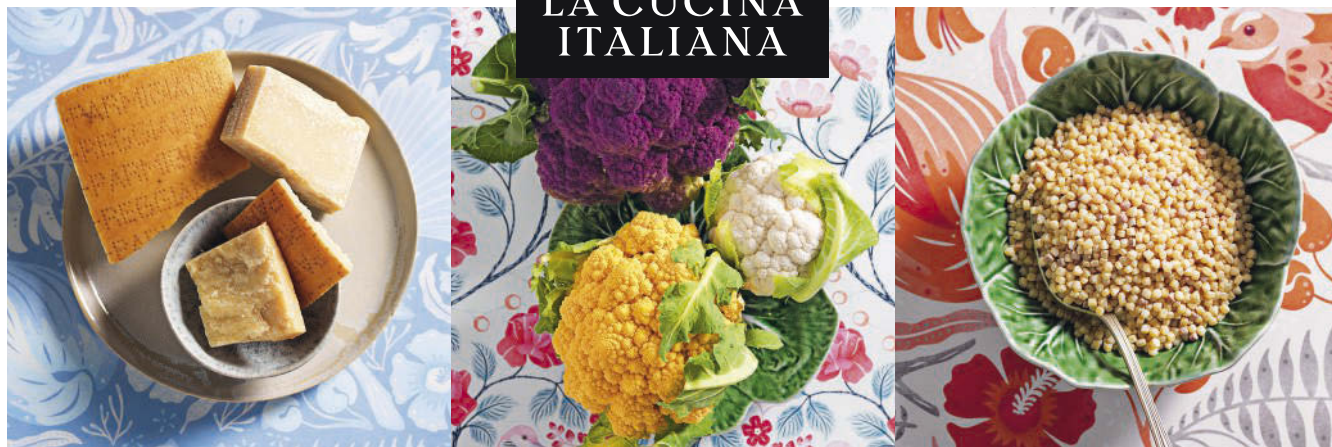
INGREDIENTI PER 6-8 PERSONE
500 g **panna fresca**
120 g **tuorli**
110 g **zucchero**
15 g **amido di mais**
4 g **polvere zafferano**
zafferano in stimmi – sale
zucchero di canna grezzo

Portate a bollore la panna con lo zafferano in polvere e alcuni stimmi; spegnete e lasciate in infusione per 5 minuti.
Amalgamate i tuorli con lo zucchero, l'amido e un pizzico di sale; unite a filo la panna, poi cuocete la crema fino a 85 °C.
Distribuitela nelle coppette e ponetela in frigo per un paio di ore.
Spolveratela infine con zucchero di canna e caramellate la superficie con l'apposito cannello.

SORBETTO DI AMARONE

Impegno Facile
Tempo 15 minuti
più 1 ora di raffreddamento
Vegetariana

INGREDIENTI PER 8 PERSONE
375 g **vino Amarone**
125 g **zucchero**

Fate bollire per 5 minuti circa a tenore vivace 250 g di acqua con lo zucchero. Versatevi quindi l'Amarone e sobbollite ancora per 3-4 minuti.
Togliete dal fuoco e fate raffreddare.
Versate poi nella gelatiera e azionatela fino a ottenere un sorbetto cremoso e compatto.
Servitelo alla fine del pasto, con formaggi stagionati, oppure prima del dolce.

RICETTARIO

L'INGREDIENTE AL CENTRO

Il piatto più buono è quello in cui il sapore della materia prima «risuona», amplificato da preparazioni che sanno valorizzarla e sfruttarla in tutte le sue parti

RICETTE **FRANCO ALIBERTI**, **SARA FOSCHINI**, **DARIO PISANI**, **SARA TIENI**
TESTI **MARIA VITTORIA DALLA CIA**, **LAURA FORTI**, **ANGELA ODONE**, **SARA TIENI**
CARTA DEGLI ABBINAMENTI **VALENTINA VERCELLI**, FOTO **GUIDO BARBAGELATA**, STYLING **BEATRICE PRADA**

CIBO PURO, VITA LIBERA

Ospite nella nostra cucina, lo chef Franco Aliberti ci ha raccontato la sua idea di rivoluzione. Che parte dallo studio e dalla cura per ciascun alimento. E per se stessi

Lo chef Franco Aliberti e, in basso, la copertina del suo libro, pubblicato nel 2022 da Gribaudo: una raccolta di ricette sostenibili, «monoingrediente».

L'esempio di Franco Aliberti è oggi un simbolo dell'aria di rivoluzione che attraversa il mondo dell'alta cucina, rivoluzione che riguarda sì il modo di pensare il cibo, ma anche la vita privata. Campano trapiantato a Milano, dopo aver lavorato con Spigaroli, Ducasse, Marchesi, Alajmo e Bartolini, ha lasciato una carriera lanciata verso i vertici per fare il papà. E per praticare «in solitaria» la sua idea di cucina, da sempre orientata allo scarto zero. Recentemente, si è concentrato nello «sfruttamento» massimo di ogni ingrediente, tornando così, in un certo senso, alla passione che, da ragazzo, gli trasmise la madre: coltivare la terra e gustarne i frutti, senza mediazioni.

Si parla molto di rivoluzione in cucina verso un sistema più sostenibile. In che senso la sua cucina «monoingrediente» è rivoluzionaria e sostenibile?
È rivoluzionaria perché obbliga a un nuovo approccio, induce a studiare, esaminare, provare. Bisogna conoscere le molecole e capire come si comportano. Solo così si riesce a valorizzare l'ingrediente in tutte le sue parti, e ad aumentare la sua capacità di meravigliare il palato. E, naturalmente, è sostenibile perché sfrutta i vegetali totalmente, senza scarti.

In Italia, a che punto siamo nel cammino verso la sostenibilità?
Rischiamo spesso di nasconderci dietro le parole, che funzionano come marketing, ma che non cambiano davvero il mondo. Servono più concretezza e più costanza, nei contenuti e nella volontà. Si tratta di un processo lento e continuo, che pagherà nel tempo.

Qual è il piatto più rivoluzionario della storia?
Difficile trovarne uno soltanto. Direi tutta la nostra tradizione contadina, da sempre antispreco e capace di esaltare i pochi e umili ingredienti a disposizione, trattandoli, spontaneamente, come l'alta cucina tratta i cibi pregiati, un fegatino di pollo come un astice blu: poca trasformazione, massimo rispetto. L.F.

SARA FOSCHINI

Campana di origine e milanese di adozione, la nostra responsabile di cucina è a suo agio con i piatti della tradizione, ma ama anche le incursioni nelle cucine del Medio ed Estremo Oriente, dalle quali trae spunti per ravvivare i nostri sapori. Un esempio? La padellata di verdure e uova, originale versione primaverile della shakshuka magrebina.

DARIO PISANI

Napoletano, 31 anni. Seguendo Gualtiero Marchesi alla scuola Alma capisce che la cucina è la sua strada. Lavora con Enrico Crippa, Carlo Cracco, con lo stesso Marchesi. Chef del ristorante Tre Cristi di Milano a soli 24 anni, ottiene il riconoscimento di Miglior Chef Italiano Emergente Under 30. È poi da Voce Aimo e Nadia. Ora, alla ricerca dell'armonia tra professione e famiglia, è chef e insegnante alla nostra Scuola.

SARA TIENI

Giornalista, diplomata all'istituto di Alta Cucina francese Le Cordon Bleu di Tokyo, adora scoprire il mondo attraverso i suoi sapori per raccontarli e tradurli nei piatti di casa. Ma più di tutto ama stare a tavola. Perché, come diceva Virginia Woolf, «Uno non può pensare bene, amare bene, dormire bene, se non ha mangiato bene». Da provare i suoi pancake alla barbabietola.

APERITIVI E ANTIPASTI

Piatto fondo **Galleria Radisa**, piatto piano **Seletti**, cucchiaio **Sambonet**. Tutti i fondi di carta da parati dei piatti e degli ingredienti sono di **Milton & King**, disegnati da Catherine Marion. Fondo di carta da parati dei ritratti degli chef **Jannelli&Volpi**.

Come una trippa

PARMIGIANO REGGIANO DOP

Piattini delle cime di rapa, piatto piano e sottopiatto del carpaccio **Le Coq Porcelaine** distribuito da Ilsa, bicchieri decorati **Zafferano Italia**.

CIME DI RAPA *in tempura*

Carpaccio di **SPIGOLA** *e maionese di mare*

Piattini **Le Coq Porcelaine**, distribuito da Ilsa.

Frollini di **PECORINO**

COME UNA TRIPPA

Cuoco Franco Aliberti
Impegno Facile
Tempo 1 ora
Vegetariana senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- **300 g crosta di Parmigiano Reggiano Dop o Grana Padano Dop**
- **200 g pomodori pelati**
- **1 carota – 1 gambo di sedano**
- **½ cipolla**
- **olio extravergine di oliva**
- **sale – pepe**

Cuocete le croste di formaggio in abbondante acqua per circa 45 minuti (se volete dimezzare il tempo, cuocete in pentola a pressione).
Tritate finemente la carota, la cipolla e il sedano. Fateli rosolare in un tegame con un filo di olio per 3-4 minuti, quindi unite i pelati e schiacciateli con un cucchiaio, fino a ottenere una salsa grossolana.
Cuocetela per 20 minuti; insaporite con sale e pepe a fine cottura.
Tagliate le croste del formaggio cotte in striscioline sottili, per il lungo, e unitele al sugo, fuori del fuoco.
Mescolate e servite tiepida: l'aspetto e la consistenza leggermente gommosa delle striscioline di crosta di formaggio ricordano la trippa, così come il condimento.

CIME RAPA IN TEMPURA

Cuoco Dario Pisani
Impegno Medio
Tempo 35 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- **200 g cimette e foglie di cime di rapa mondate**
- **150 g acqua gassata**
- **90 g farina di riso**
- **30 g farina 00**
- **20 g sesamo nero**
- **limone**
- **olio di arachide**
- **sale – pepe**

Preparate le cime di rapa: dividete le infiorescenze in singole cimette; eliminate la nervatura centrale delle foglie, fibrosa, con un taglio a V, in modo che la foglia resti intera.
Mescolate le farine con l'acqua gassata; incorporate alla fine il sesamo nero. Scaldate in una casseruola abbondante olio fino a 170 °C. Collocate la ciotola con la pastella vicino al fuoco. Immergetevi a una a una le foglie e le cimette e tuffatele via via nell'olio bollente, poche alla volta; friggetele finché la copertura non sarà diventata croccante; scolatele su carta da cucina. Servitele subito, completando con scorza di limone grattugiata, sale e pepe.
L'idea in più Utilizzate le foglie fritte come «piattini» per servire, per esempio, tartare di carne o di pesce, spuma di tonno, hummus, caprino fresco...

CARPACCIO DI SPIGOLA E MAIONESE DI MARE

Cuoco Dario Pisani
Impegno Medio
Tempo 1 ora e 30 minuti
Senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- **600 g 1 spigola abbattuta o decongelata adatta per il consumo da cruda**

PER LA MAIONESE DI MARE

- **1 guaina di finocchio**
- **1 gambo di sedano**
- **1 cipolla bianca o ramata**
- **scarti della spigola**
- **gambi di prezzemolo**
- **olio di arachide**
- **vino bianco secco**
- **sale**

PER COMPLETARE

- **180 g puntarelle mondate**
- **40 g songino**
- **2 ravanelli grandi**
- **olio extravergine di oliva**
- **sale – pepe**

Eviscerate e sfilettate la spigola; spellate i filetti passando di piatto la lama del coltello tra la pelle e la polpa, partendo dalla coda.
PER LA MAIONESE DI MARE
Sciacquate gli scarti della spigola.

CIME DI RAPA

Sono ortaggi di cui si mangiano le foglie e le tipiche infiorescenze, le cime, simili a broccoletti. Lessate o brasate, sono usate spesso per condire le orecchiette e altre paste. Nella nostra tempura diventano protagoniste, con una pastella croccante, che esalta il loro sapore particolare.

PECORINO

Questo formaggio ovino romano, dal tipico colore chiaro e dalla crosta nera, si addice, per la sua consistenza piuttosto asciutta, alla creazione di impasti salati e di creme e spume. Sapido e leggermente piccante, va modulato con sapori più neutri: noi lo abbiamo mescolato con il mascarpone.

PARMIGIANO REGGIANO DOP

Il re dei formaggi italiani è nobile in ogni sua parte, perciò non gettate via le croste: aggiunte in cottura in brodi e minestrone danno profondità al sapore. Lessate e condite si gustano da sole, al centro di piatti sorprendenti, come nella finta trippa di Franco Aliberti.

SPIGOLA

Pesce bianco dalle carni pregiate, è delicata e gustosa insieme, soprattutto se pescata. Il suo gusto si apprezza anche a crudo ed è esaltato e potenziato dalla maionese di mare: la nostra, senza uova, è preparata solo con un olio neutro e una riduzione del fumetto fatto con gli scarti del pesce.

Riducete a tocchi le verdure e fatele appassire dolcemente in una padella con un velo di olio, senza che prendano colore; unite poi gli scarti del pesce, pelle compresa, e i gambi di prezzemolo; dopo qualche istante sfumate con 1 bicchiere di vino, quindi coprite a filo con acqua e fate sobbollire per 30 minuti. Alla fine filtrate il fumetto, prima con un passino a maglie larghe, poi con un passino fine per trattenere anche le lische più piccole. Riportate il fumetto sul fuoco e fatelo sobbollire fino a ridurlo a ⅓ del volume iniziale.
Frullate con il frullatore a immersione 150 g di fumetto con 200 g di olio di arachide, versandolo a filo; solo alla fine unite un pizzico di sale e frullate ancora brevemente. Dovrete ottenere una consistenza soda e cremosa.

PER COMPLETARE

Tagliate i filetti di pesce a trancetti e poneteli, ben distanziati, su un foglio di carta da forno leggermente oliato; copriteli con un altro foglio e spianateli delicatamente con il batticarne fino a ottenere delle fettine sottili ma non troppo, altrimenti si lacerano.
Tagliate le puntarelle a bastoncini e i ravanelli a rondelle sottili; mescolateli con il songino e condite con sale, pepe e un filo di olio. Distribuite l'insalata nei piatti, accomodatevi sopra le fettine di pesce e completate con ciuffi di maionese di mare.
Crudo e sicuro Se acquistate pesce fresco non abbattuto, una volta sfilettato, chiudete i filetti negli appositi sacchetti gelo e riponeteli nel freezer a - 18 °C per 48 ore per sanificarli; decongelateli in frigorifero prima del consumo.

FROLLINI DI PECORINO

Cuoca Sara Tieni
Impegno Medio
Tempo 50 minuti più 2 ore di riposo

PER 4 PERSONE

300 g pecorino grattugiato
175 g mascarpone
150 g farina 00
100 g panna fresca
70 g olio extravergine di oliva
30 g pistacchi tostati e tritati
2 uova
sale in fiocchi – pepe

Amalgamate bene in un pentolino, a fuoco basso, la panna e 150 g di pecorino: mescolate con una frusta finché il composto non sarà fluido e omogeneo. Dopo circa 5-6 minuti, togliete dal fuoco e incorporate il mascarpone e pepe a piacere.
Fate intiepidire il composto, quindi ponetelo in una tasca da pasticciere e fatelo rassodare in frigo per 2 ore.
Preparate la frolla al pecorino: amalgamate le uova con la farina, 150 g di pecorino e l'olio; formate una palla e copritela con pellicola per alimenti. Ponetela a riposare in frigorifero per 1 ora e 30 minuti. Stendetela infine tra due fogli di carta da forno a 3-4 mm di spessore e, con un coppapasta (ø 4 cm) o una tazzina da caffè, ritagliatela in dischi. Impastate i ritagli e ritagliate altri dischi, fino a esaurire il composto. Poneteli in una placca coperta di carta da forno, spolverizzate con sale in fiocchi e infornate a 180 °C per 15 minuti: saranno pronti quando inizieranno a dorarsi in superficie.
Sfornate i biscottini e fateli raffreddare. Farciteli con la crema al pecorino, ripassateli nella granella di pistacchio e servite.

Come una trippa *pag. 56*

Con questo particolare antipasto, l'ideale è un vino rosato di buona struttura, come solo i **Cerasuolo d'Abruzzo** sanno essere. Il Baldovino 2021 di Tenuta I Fauri è biologico, con intense note di ciliegia e un caratteristico finale amarognolo. Servitelo fresco, sui 14-16 °C.
11 euro, tenutaifauri.it

Cime di rapa in tempura *pag. 56*

Valorizzate i fritti vegetali con un Metodo Classico di montagna, sapido e fresco. Il **Trentodoc Extra Brut** Cuvée N° 7 di Etyssa, uno Chardonnay in purezza, è vibrante e armonioso e profuma di fiori, frutti bianchi e crosta di pane.
28,50 euro, etyssaspumanti.it

PRIMI

Spaghetto alle **VONGOLE**

Piatti piani
e sottopiatti del risotto
Le Coq Porcelaine
distribuito da Ilsa, bicchieri
colorati **Zafferano**
Italia, forchetta dello
spaghetto **Sambonet**.

Risotto con i **BROCCOLI**

Piatto degli gnocchi **Seletti**, sottopiatto a foglia verde **Les-Ottomans**, piatto fondo della fregula **Galleria Radisa**, piatto piano rosa **Le Coq Porcelaine** distribuito da Ilsa, bicchieri colorati **Zafferano Italia**, posate **Sambonet**.

Gnocchi di **CAVOLFIORE**

FREGULA *in verde*

SPAGHETTO ALLE VONGOLE

Cuoco Franco Aliberti
Impegno Facile
Tempo 1 ora e 20 minuti
più 30 minuti di riposo

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- 1,5 kg **vongole**
- 320 g **spaghetti**
- 100 g **vino bianco secco**
- **aglio**
- **prezzemolo**
- **olio extravergine di oliva**
- **sale**

Selezionate le vongole eliminando quelle rotte o quelle aperte.
Lasciatele a bagno in acqua salata per 30 minuti, quindi sciacquatele prelevandole poche per volta con le mani, sotto l'acqua corrente: in questo modo non smuoverete la sabbia eventualmente depositata sul fondo, e potrete sentire, al suono, se c'è qualche vongola da scartare (suonerà come vuota).
Lasciatele cadere dall'alto in un recipiente, sempre poche per volta: quelle morte si aprono e potrete scartarle. Sarete così sicuri di non trovare della sabbia nei piatti.
Scaldate in una padella un filo di olio e 2 spicchi di aglio con la buccia. Quando l'aglio comincia a soffriggere, aggiungete le vongole e chiudete la padella con un coperchio.
Aggiungete dopo 2-3 minuti qualche gambo di prezzemolo intero e sfumate con il vino bianco, versandolo ai lati della padella, dove il calore è più forte, in modo che l'evaporazione dell'alcol sia più veloce.
Spegnete e filtrate il sugo di cottura con un colino sottile, per eliminare eventuali impurità residue.
Sgusciate le vongole (se volete, conservatene qualcuna con il guscio per decorazione), tenete da parte i molluschi e raccogliete i gusci in una pentola con abbondante acqua. Aggiungete all'acqua anche il prezzemolo e l'aglio utilizzato per la cottura delle vongole e fate sobbollire per circa 30 minuti.
Filtrate questo «brodo di gusci» e riportatelo sul fuoco, salatelo e cuocetevi gli spaghetti.
Preparate contemporaneamente la padella con il sugo filtrato delle vongole e, quando mancano 3 minuti al termine di cottura degli spaghetti, scolateli e versateli nella padella insieme con un mestolo del brodo di cottura, ricco di amido, e terminate di cuocere, creando anche una crema.
Servite gli spaghetti con i molluschi e gli eventuali gusci tenuti da parte.
Da sapere Quando si sfuma con il vino, questo deve essere a temperatura ambiente, non freddo di frigorifero, altrimenti la temperatura della pietanza sul fuoco si abbassa repentinamente e si interrompe la cottura.

RISOTTO CON I BROCCOLI

Cuoca Sara Tieni
Impegno Medio
Tempo 1 ora e 15 minuti
Senza glutine

PER 4 PERSONE

- 1 kg **broccoli**
- 240 g **riso Carnaroli**
- 30 g **Grana Padano Dop grattugiato**
- 2 **filetti di acciuga sott'olio**
- 1 **cipolla**
- 1 **carota**
- **aglio – vino bianco**
- **burro – sale – aceto di mele**
- **olio extravergine di oliva**

Mondate i broccoli; separate le cimette e i gambi, conservandoli.
Sbianchite le cimette insieme con le foglie in acqua bollente salata per 30 secondi. Scolatele con una schiumarola in una capiente ciotola con acqua e ghiaccio e lasciatele raffreddare per 2 minuti.
Rituffate i broccoli nell'acqua bollente e proseguite la cottura per 10-15 minuti.
Scolateli; tenetene da parte 4 ciuffi; strizzate bene tutto il resto e frullate con un goccio di olio e 1 spicchio di aglio fino a ottenere una crema liscia e corposa.
Scaldate in padella un filo di olio e 1 spicchio di aglio con la buccia; unite i filetti di acciuga e fateli sciogliere; aggiungete quindi le cimette intere e rosolatele per 3-4 minuti.
Preparate il brodo: raccogliete

VONGOLE
Veraci o comuni (più piccole e delicate), hanno sapore anche nel guscio: ricco di minerali, rilascia nei brodi e nell'acqua di cottura una particolare sapidità che si trasmette poi a pasta, riso e condimenti vari. In queste preparazioni, attenzione a moderare la quantità di sale.

BROCCOLO
Non buttate il gambo, molto legnoso, ma cuocetelo, come abbiamo fatto noi, per mantecare poi pasta e riso o come base del minestrone. Le cimette, sbianchite, conservano una tinta brillante; frullatele per colorare impasti e per dare cremosità a riso e pasta.

CAVOLFIORE
Crudo e cotto, è una base neutra, dal lieve aroma di nocciola: in purea serve per gli gnocchi, per il ripieno della pasta fresca o per le vellutate aromatizzate con spezie e erbe. Crudo, tagliato fine o grattugiato, diventa un complemento croccante in zuppe, paste e insalate.

FREGULA
O fregola, è una pasta sarda fatta di piccole palline di semola di grano duro tostate. Si unisce di solito in brodi di carne o si condisce con pomodoro e salsiccia. A Cagliari la preparano con le arselle. Ottima cotta a mo' di risotto, come abbiamo fatto noi, per accentuare il tipico sapore rustico e la particolare consistenza.

in una pentola a pressione la carota, la cipolla e i gambi del broccolo; unite 600 g di acqua, salate poco e cuocete per 15 minuti dal fischio. (Ci vogliono invece 30-35 minuti in una casseruola, con il coperchio).
Prelevate i gambi dei broccoli, tagliateli a tocchetti e frullateli con mixer a immersione fino a ottenere una purea; regolate di sale e tenete da parte.
Tostate il riso in una casseruola a fuoco basso, con un filo di olio, un pizzico di sale, 1 spicchio di aglio e una noce di burro; dopo 3-4 minuti, quando sarà traslucido, togliete l'aglio, alzate la fiamma e sfumate con ½ bicchiere di vino, poi unite via via un po' di brodo, portandolo a cottura in 16-18 minuti. In alternativa, tostate il riso in una pentola a pressione, sfumate con il vino, coprite con brodo, due dita sopra lo spessore del riso, e cuocete per 5-6 minuti dal fischio.
Mantecate il riso con il grana, 20 g di burro ghiacciato, la purea di gambi di broccolo e 1 cucchiaino di aceto di mele.
Distribuite nei piatti e completate con la crema di cime tiepida e qualche cimetta ripassata in padella.
Il trucco Aggiungere un pizzico di sale in fase di tostatura del riso serve a sigillare meglio i chicchi, che si manterranno al dente.

Frollini di pecorino *pag. 57*
Carpaccio di spigola *pag. 56*

Il **Franciacorta Satèn**, con le sue bollicine cremose e la delicatezza dello Chardonnay, è un'ottima scelta per aperitivi e per antipasti. Ci piace il '61 di Berlucchi, per i profumi di frutti tropicali e di canditi. ***22,50 euro, berlucchi.it***

Spaghetto alle vongole *pag. 62*
Carciofi stufati *pag. 72*

Il **Vermentino** è uno dei bianchi che stanno meglio con gli spaghetti alle vongole ed è tra i pochi vini adatti ai carciofi. Il Colli di Luni Etichetta Nera 2022 di Cantine Lunae ha un carattere mediterraneo, con aromi salmastri e di frutta estiva. ***18 euro, cantinelunae.com***

Risotto con i broccoli *pag. 62*

I risotti vegetariani stanno bene con bianchi di media struttura e buona sapidità, come il **Lugana** Sergio Zenato Riserva 2020 di Zenato. Affinato per una parte in legno, si fa ricordare per i profumi di frutta tropicale e il gusto minerale. ***30 euro, zenato.it***

Gnocchi di cavolfiore *pag. 63*
Padellata di verdure e uova *pag. 75*

La nota sulfurea del cavolfiore va d'accordo con un bianco aromatico come la **Malvasia**. Vi raccomandiamo il Sorriso di Cielo 2021 di La Tosa che nasce sui Colli Piacentini e ha un gusto avvolgente e persistente, perfetto anche per le spezie. ***17 euro, latosa.it***

GNOCCHI DI CAVOLFIORE E CREMA DI CAVOLFIORE ALLO ZAFFERANO

Cuoca Sara Tieni
Impegno Medio
Tempo 1 ora più 20 minuti di riposo
Vegetariana

PER 4PERSONE

1 kg cavolfiore bianco mondato
150 g farina 00
50 g latte
50 g burro
2 uova
1 bustina di zafferano
salvia
noce moscata
olio extravergine di oliva
aglio – sale

Dividete il cavolfiore a ciuffi; tenetene da parte 4. Cuocete al vapore gli altri, quindi schiacciateli bene con una forchetta ottenendo una crema.
Impastatene 600 g con la farina e le uova fino a ottenere un composto omogeneo e appiccicoso. Fatelo riposare per 20 minuti.
Stendetelo quindi su un tagliere infarinato a 3-4 cucchiai alla volta e modellatelo in cilindri. Tagliateli a rocchetti ricavando gli gnocchi.
Affettate sottilmente le cimette rimaste e brasatele in padella con 1 spicchio di aglio e poco olio per qualche minuto, finché non saranno dorate. Se serve, sfumate con 1 cucchiaio di acqua.
Scaldate la crema di cavolfiore rimasta con il latte e un pizzico di sale ottenendo una crema vellutata; quindi, dopo avere spento il fuoco per non alterarne il sapore, unite lo zafferano e mescolate.
Cuocete gli gnocchi in acqua bollente per 4-5 minuti da quando saranno affiorati in superficie.
Fondete il burro in padella con la salvia fino a quando non sarà spumeggiante; unitevi gli gnocchi.
Ponete in ogni piatto un mestolo di purea allo zafferano. Unite gli gnocchi e completate con le lamelle di cavolfiore croccante e una spolverata di noce moscata grattugiata.

FREGULA IN VERDE

Cuoca Sara Foschini
Impegno Facile
Tempo 30 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

320 g fregula di media dimensione
200 g spinaci novelli
60 g Grana Padano Dop
1 cipolla bianca
brodo vegetale
vino bianco secco
pomodori secchi
formaggio cremoso di capra
olio extravergine di oliva
latte – sale – pepe

Frullate gli spinaci novelli con 2 mestolini di brodo vegetale, 40 g di olio, il grana grattugiato, sale e una macinata di pepe: dovrete ottenere una crema abbastanza liscia.
Affettate finemente la cipolla e fatela appassire in una casseruola con poco olio, poi unite la fregula, sfumatela con il vino e cuocetela a mo' di risotto con il brodo necessario per portarla a cottura in 10-12 minuti (verificate i tempi sulla confezione). Al termine aggiungete 2 cucchiai di latte.
Togliete la casseruola della fregula dal fuoco e mantecatela con la crema di spinaci novelli. Completate ogni piatto con una quenelle di formaggio cremoso di capra e una falda di pomodoro secco.
Decorate a piacere con foglioline di spinacio novello e una macinata di pepe.

PESCI

Piattino con decoro rosa **Les-Ottomans**.

Gallette di **BACCALÀ** *e patate viola*

Filetti di **SOGLIOLA** *al burro con agretti*

Tartare e bisque di **GAMBERI ROSSI** *e agrumi*

Piatto fondo della tartare e piattino dei gamberi **Le Coq Porcelaine** distribuito da Ilsa, bicchiere blu **Zafferano Italia**, cucchiaio **Sambonet**.

GALLETTE DI BACCALÀ E PATATE VIOLA

Cuoca Sara Foschini
Impegno Medio
Tempo 1 ora e 30 minuti
Senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

PER LE GALLETTE

- **500 g patate viola**
- **300 g baccalà dissalato**
- **40 g Parmigiano Reggiano Dop**
- **1 uovo**
- **1 cipollotto**
- **vino bianco secco**
- **olio extravergine di oliva**
- **sale – pepe**

PER IL BACCALÀ MANTECATO

- **500 g baccalà dissalato**
- **120 g olio extravergine di oliva**
- **100 g olio di semi di girasole**
- **40 g uvetta**
- **40 g latte caldo**
- **alloro – pepe**

PER LE GALLETTE
Tagliate a tocchi le patate, con la buccia, e lessatele per 20 minuti circa.
Scolatele, pelatele e schiacciatele con i rebbi delle forchetta in una ciotola.
Aggiungete l'uovo, il parmigiano grattugiato, un pizzico di sale e una macinata di pepe.
Private il baccalà della pelle e controllate che non ci siano lische, nel caso eliminatele aiutandovi con una pinzetta. Tagliatelo in tocchi.
Mondate e affettate in rondelle il cipollotto. Stufatelo in casseruola con 4 cucchiai di olio per 1-2 minuti. Aggiungete il baccalà e dopo un paio di minuti sfumate con il vino bianco; lasciate evaporare la parte alcolica per 3-4 minuti, infine spegnete.
Trasferite il baccalà nella ciotola con le patate schiacciate. Mescolate delicatamente fino a ottenere un composto morbido e omogeneo: l'aspetto sarà quello di un purè denso.
PER IL BACCALÀ MANTECATO
Cuocete il baccalà nell'acqua profumata con 1 foglia di alloro, per 30 minuti a fuoco medio, spegnete e lasciate raffreddare nell'acqua di cottura.
Scolate il pesce, eliminate la pelle e le lische, e sminuzzatelo accuratamente.
Mescolate gli oli in una ciotola a parte.
Montate con le fruste elettriche il baccalà unendo a filo gli oli e il latte caldo e proseguite per altri 2-3 minuti. Completate con una macinata di pepe.
Formate con il purè di patate e baccalà dei dischi, formate un piccolo avvallamento al centro e disponetevi il baccalà mantecato sopra. Servite completando con l'uvetta.

Gallette di baccalà *pag. 67*
Terrina di porro 100% *pag. 71*

Bianco, giovane e leggero. Ecco le caratteristiche del vino per il baccalà e la terrina. Il **Soave** Original Vintage Edition 2021 di Bertani è prodotto secondo una pratica degli anni Trenta rivisitata che consente di preservare freschezza e tipicità. *16,50 euro, bertani.net*

Filetti di sogliola al burro *pag. 67*
Fregula in verde *pag. 63*

Scegliete un bianco fresco e appena aromatico, come il **Müller Thurgau** 2021 di Strasserhof: dalle vigne più a Nord d'Italia, è agrumato, leggero e si accorda ai sapori più delicati e burrosi. *15 euro, strasserhof.info*

FILETTI DI SOGLIOLA AL BURRO CON AGRETTI

Cuoco Dario Pisani
Impegno Per esperti
Tempo 1 ora e 15 minuti

INGREDIENTI PER 2 PERSONE

- **500 g 2 sogliole**
- **200 g barba di frate (o agretti)**
- **1 guaina di finocchio**
- **1 gambo di sedano**
- **1 cipolla bianca o ramata**
- **scarti delle sogliole**
- **gambi di prezzemolo**
- **burro**
- **limone**
- **amido di mais**
- **olio extravergine di oliva**
- **vino bianco secco**
- **sale**

Spellate e sfilettate le sogliole ricavando 4 filetti ciascuna; conservate gli scarti, che si aggirano sul 50% del peso lordo, e sciacquateli. →

BACCALÀ
Il merluzzo conservato sotto sale è uno dei pesci più cucinati nelle tradizioni regionali italiane: in pastella, in umido, mantecato. Nella nostra ricetta, compare sia nella galletta di base, mescolato con le patate, sia nella crema che la guarnisce, per un sapore amplificato.

SOGLIOLA
È uno dei più pregiati pesci bianchi del Mediterraneo, e il più adatto a preparare delicati fumetti: per questo nella preparazione che vi suggeriamo abbiamo conservato gli scarti e utilizzato il fumetto per preparare la salsa con cui condire i filetti dopo la cottura.

GAMBERO ROSSO
Carnoso, dolce e aromatico, si presta, per consistenza e colore, di un bel bianco venato di rosso, alla preparazione della tartare. Le teste, grazie al corallo interno e al carapace, se tostate, sono la base ideale per la bisque o per brodi di pesce. Perfetto accostato a una nota acida o alla frutta secca.

Accoppiate i filetti a due a due, mettendo a contatto la parte da cui avrete rimosso la pelle bianca.
Riducete a tocchi le verdure e fatele appassire in una padella con un velo di olio, senza che prendano colore; unite poi tutti gli scarti delle sogliole, pelle compresa, e i gambi di prezzemolo; dopo qualche istante sfumate con 1 bicchiere di vino, quindi coprite a filo con acqua e fate sobbollire per 30 minuti. Alla fine filtrate il fumetto, prima con un passino a maglie larghe, poi con un passino fine per trattenere anche le lische più piccole.
Scottate gli agretti in acqua bollente salata, per 2 minuti dalla ripresa del bollore; scolateli e saltateli velocemente in padella in un velo di olio extravergine.
Ponete i doppi filetti di sogliola in padella, in 70 g di burro caldo; cuoceteli per 3-4 minuti per parte, irrorandoli via via con il burro fuso; toglieteli dalla padella posandoli in un piatto caldo; stemperate il burro di cottura con il succo di 1 limone filtrato e 1 mestolino di fumetto; unite poco sale e 1 cucchiaino da caffè di amido di mais stemperato con un po' di acqua; fate addensare il sugo e alla fine insaporitelo con poco prezzemolo tritato.
Accomodate il pesce sugli agretti, completate con la salsa e servite.

TARTARE E BISQUE DI GAMBERI ROSSI E AGRUMI

Cuoca Sara Tieni
Impegno Medio
Tempo 1 ora e 30 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- 1 kg gamberi rossi adatti al consumo da crudi
- 200 g pane casereccio raffermo
- 2 arance bio
- 2 mandarini bio
- 1 lime bio
- 1 limone bio
- 1 carota
- 1 cipolla
- 1 sedano
- 1 mazzetto di prezzemolo
- amido di mais
- brandy
- vino bianco secco
- concentrato di pomodoro
- olio extravergine di oliva
- sale

Pulite i gamberi separando la testa dalle code, quindi privateli del filetto dell'intestino. Tagliate a tocchetti le code e raccoglietele in una ciotola.
Grattugiate parte della scorza di tutti gli agrumi e unitela alle code dei gamberi; condite con un filo di olio, coprite con la pellicola e ponete a marinare in frigo.
Sbucciate arance e mandarini eliminando anche la pellicola (a vivo); riducete la polpa a tocchetti.
Spremete il lime e il limone e tenete il succo da parte.
Tostate in una casseruola i gusci e le teste dei gamberi con 4 cucchiai di olio per 7-8 minuti. Quando si sarà creata una leggera crosticina sul fondo, sfumate con ½ bicchiere di brandy e fate evaporare; quindi unite 2 cucchiai di concentrato di pomodoro, il succo di limone e lime, ½ bicchiere di vino bianco e 500 g di acqua.
Coprite e portate a ebollizione.
Rosolate in padella, cipolla, sedano e carota, tagliati grossolanamente, con poco olio per 5-6 minuti a fiamma media; uniteli poi ai resti dei gamberi in casseruola. Cuocete per 30 minuti dal bollore a fiamma dolce (il liquido dovrà ridursi della metà), schiacciando di tanto in tanto gusci e teste col dorso di un mestolo per fare uscire gli umori.
Passate tutto al colino schiacciando con un cucchiaio in modo da estrarre tutto il succo. Fate intiepidire, quindi aggiungete 1 cucchiaio di amido di mais mescolando bene per non formare grumi (se volete renderla molto liscia, frullate con il frullatore a immersione).
Riportate sul fuoco la bisque di gamberi per addensarla. Alla fine regolate di sale.
Tagliate a fette sottili il pane e ungetele con poco olio. Infornatele in modalità grill per 5 minuti a 220 °C, voltando i crostini a metà cottura.
Unite alla polpa degli agrumi le code di gambero marinate e mescolate con delicatezza.
Componete le tartare nei piatti aiutandovi con un coppapasta ad anello (ø 10 cm).
Completate versando intorno la bisque tiepida; condite con un pizzico di prezzemolo tritato.
Servite con i crostini caldi.

VERDURE

Terrina di **PORRO** *100%*

Piattino dei carciofi **Galleria Radisa**, piatto della millefoglie di patate e piattini **Le Coq Porcelaine** distribuito da Ilsa, bicchieri colorati **Zafferano Italia**.

Carciofi stufati con hummus di cannellini e **CARCIOFI**

Millefoglie di **PATATE** *e scamorza*

TERRINA DI PORRO 100%
Cuoco Franco Aliberti
Impegno Medio
Tempo 50 minuti
più 12 ore di riposo
Vegetariana senza glutine

INGREDIENTI PER 6 PERSONE

PER LA TERRINA
- **9 porri**
- **sale**
- **zucchero**

PER L'OLIO AL PORRO
- **360 g olio di vinacciolo spremuto a freddo**
- **340 g parte verde del porro**

PER COMPLETARE
- **olio di arachide**
- **pepe**

PER LA TERRINA
Mondate i porri: liberateli dalla parte coriacea verde alla sommità e dei fondi con i ciuffi di radici. Tenete da parte tutti gli scarti.
Lessate i porri interi in una casseruola di acqua bollente salata con l'aggiunta di un pizzico di zucchero. Dopo circa 15 minuti, o quando saranno teneri, scolateli delicatamente per mantenerli interi e appoggiateli su una griglia.
Foderate uno stampo da terrina (18x9x7 cm) con un doppio strato di pellicola, lasciandola debordare abbondantemente ai lati.
Disponete i porri all'interno dello stampo, alternando il verso in modo da ottenere delle strisce di verde e di bianco.
Richiudete la pellicola sulla superficie dello stampo e bucherellatela con la punta di un coltello.
Disponete sopra la terrina un altro stampo di uguali dimensioni, appesantito con un contenuto a scelta, in modo da pressare i porri e far uscire tutto il liquido in eccesso.
Appoggiate tutto su un vassoio, per raccogliere l'acqua, e lasciate riposare in frigo per una notte. →

PORRI
Di solito ne buttiamo via una buona parte: la sommità verde (ricca di clorofilla e dunque più saporita) infusa in olio e le radici fritte si possono usare per dare a zuppe, creme o terrine, come la nostra, un sapore potenziato «al cubo». Le guaine esterne sono buone per brodi e soffritti.

CARCIOFI
Scegliete i più giovani, che sono sodi, con foglie serrate, rigide e chiare. Eccellenti crudi o stufati adagio, unendo parte dello scarto nell'acqua di cottura: servirà anche per lessare e condire pasta e riso, da aromatizzare poi con scorza di limone grattugiata. Il gambo? Decorticato, è squisito crudo e cotto.

PATATE
Per il purè e gli gnocchi, meglio quelle vecchie: contengono meno acqua e amido di quelle giovani e perciò dopo la cottura si mantengono asciutte e farinose: si legheranno meglio con il latte o daranno gnocchi soffici e fondenti, non collosi. Ottime le varietà di montagna a buccia rossa e polpa bianca.

PER L'OLIO AL PORRO
Recuperate la parte verde del porro, pesatene 340 g e frullatela con un frullatore potente per 3-4 minuti insieme con l'olio di vinacciolo (il vinacciolo è particolarmente adatto poiché ha un sapore neutro e delicato; in alternativa, potete utilizzare un olio di semi di girasole ottenuto con spremitura meccanica).
Filtrate con un colino e lasciate riposare in frigorifero per almeno 1 ora in modo che l'acqua presente si separi dall'olio verde e si possa eliminare. Se necessario, ripetete il procedimento, filtrando nuovamente.
PER COMPLETARE
Friggete i fondi dei porri in olio di arachide, per 30 secondi, e scolateli su carta da cucina.
Sformate la terrina e servitela condita con l'olio di porro e, a piacere, con una macinata di pepe. Accompagnatela con i ciuffi di porro fritti.

CARCIOFI STUFATI CON HUMMUS DI CANNELLINI E CARCIOFI

Cuoca Sara Foschini
Impegno Facile
Tempo 1 ora e 15 minuti
Vegetariana senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
- **450 g cannellini lessati**
- **6 carciofi tipo mammole**
- **2 spicchi di aglio**
- **1 limone**
- **menta**
- **olio extravergine di oliva**
- **sale**
- **pepe**

Pulite le mammole: eliminate le foglie esterne più coriacee, la barba al centro e decorticate i gambi (che terrete da parte) usando il pelapatate. Immergete i carciofi e i gambi in acqua acidulata con limone dopo averli puliti: in questo modo non si anneriranno.
Tritate finemente 1 spicchio di aglio e un bel ciuffo di menta e mescolateli con olio, sale e pepe.
Massaggiate le mammole con questo condimento e accomodatele a testa in giù, ben serrate in una casseruola.
Coprite con 1 litro di acqua e cuocete per 40 minuti a fuoco medio.
PER L'HUMMUS
Insaporite i cannellini in una padella con 4 cucchiai di olio e 1 spicchio di aglio, sale, pepe, e 2 bicchieri di acqua.
Unitevi i gambi di carciofo tagliati a dadini e cuocete per 30-35 minuti.
Frullate fino a ottenere una crema liscia.
Distribuite la crema nei piatti e accomodatevi sopra i carciofi.

MILLEFOGLIE DI PATATE E SCAMORZA

Cuoco Dario Pisani
Impegno Medio
Tempo 1 ora e 30 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 6-8 PERSONE
- **600 g patate vecchie a pasta gialla con buccia rossa**
- **400 g scamorza affumicata**
- **100 g Grana Padano Dop grattugiato**
- **100 g pangrattato rustico**
- **timo**
- **olio extravergine di oliva**
- **sale – pepe**

Ungete il fondo e il bordo di una tortiera a cerniera (ø 21 cm) con poco olio e cospargetela con pangrattato.
Pelate le patate e tagliatele a rondelle sottilissime con l'affettatrice o con la mandolina; se usate il coltello, andranno bene anche appena più spesse. Sciacquatele in acqua in più passaggi, finché l'acqua non sarà trasparente: eliminando l'amido la consistenza risulterà più leggera e meno «gommosa», anche consumando la torta tiepida.
Mescolate il pangrattato con il grana e un po' di foglioline di timo.
Riempite la tortiera: fate uno strato di patate, uno di fettine sottili di scamorza, cospargete con il mix di pangrattato, condite con poco pepe e poco sale e procedete in questo ordine. Finite con patate, pangrattato e un filo di olio.
Infornate la millefoglie a 200 °C per 50 minuti circa: dovrà risultare ben dorata.
Consumatela subito, appena intiepidita. Potete anche prepararla il giorno prima: una volta raffreddata, conservatela in frigo; riscaldatela poi in forno a 160 °C, senza però farla asciugare.

CARNI E UOVA

Tegame **Le Creuset**, piattino con decoro giallo e tovagliolo **Les-Ottomans**.

Padellata di verdure speziate e **UOVA**

PANCIA DI MAIALINO *in doppia cottura con purè alla senape*

Vassoio **Le Coq Porcelaine** distribuito da Ilsa, bicchieri **Zafferano Italia**.

PADELLATA DI VERDURE SPEZIATE E UOVA

Cuoca Sara Foschini
Impegno Facile
Tempo 40 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- 250 g taccole
- 250 g cavolini di Bruxelles
- 250 g bietola da costa
- 50 g zenzero fresco
- 4 uova
- 2 porri
- 1 cipolla bianca
- 1 cipolla rossa
- 1 lime
- spinaci novelli
- paprica affumicata
- peperoncino fresco
- olio extravergine di oliva
- sale

Sbollentate le taccole per 1-2 minuti, scolatele e immergetele in acqua e ghiaccio per bloccarne la cottura.
Mescolate lo zenzero grattugiato con il succo di ½ lime, 1 rondella di peperoncino fresco e un pizzico di paprica affumicata.
Mondate e affettate le cipolle e rosolatele in una padella di grandi dimensioni con 3-4 cucchiai di olio, poi unite i cavolini divisi a metà e i porri tagliati a fetta di salame; dopo 2-3 minuti aggiungete le taccole, le coste divise a metà nel senso della lunghezza, gli spinaci, salate e bagnate con 1 mestolino di acqua. Cuocete per 5-7 minuti, quindi togliete dal fuoco e unite il mix di zenzero e peperoncino.
Formate 4 incavi nelle verdure, rompetevi le uova e cuocetele delicatamente finché l'albume non si sarà rappreso.
Completate a piacere con qualche rondella di peperoncino, foglioline di menta e di maggiorana.

PANCIA DI MAIALINO IN DOPPIA COTTURA CON PURÈ ALLA SENAPE

Cuoco Dario Pisani
Impegno Facile
Tempo 2 ore e 30 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- 1 kg pancia di maialino
- 2 carote
- 1 gambo sedano
- 1 cipolla bianca o dorata →

Sovracosce di **POLLO** *e fegatini al Marsala*

rosmarino – salvia –timo
olio extravergine di oliva
vino bianco – sale – pepe

PER IL PURÈ ALLA SENAPE
1 kg patate vecchie
250 g latte
100 g burro
100 g senape rustica
sale

Incidete la cotenna con tagli trasversali incrociati a griglia, fino ad arrivare alla polpa: in questo modo la carne non si arriccerà e il condimento penetrerà a insaporirla.
Scaldate 2 cucchiai di olio in una grande padella e rosolatevi vivacemente la pancia dalla parte della cotenna; dopo 2-3 minuti, quando sarà dorata e croccante, voltatela e rosolatela per un altro minuto; trasferitela quindi in una pirofila, con la cotenna verso l'alto; aggiungete le verdure tagliate a pezzi.
Deglassate il fondo di cottura della padella con 100 g di vino, poi versate il sugo sulla carne nella pirofila, unite circa due dita di acqua, in modo che la polpa risulti immersa ma la cotenna rimanga asciutta: la polpa, cotta in umido, diventerà morbida, la cotenna, arrostita, risulterà croccante.
Cospargete la cotenna con sale e pepe e distribuiteli con le dita facendoli penetrare uniformemente, premendo; aggiungete nella pirofila 2 rametti di rosmarino, qualche foglia di salvia e 2 rametti di timo.
Cuocete nel forno ventilato a 200 °C per 2 ore circa.

PER IL PURÈ ALLA SENAPE
Lavate le patate, lessatele con la pelle, poi passatele con lo schiacciapatate; mescolatele subito con il latte, caldo, e poi con il burro; incorporate la senape e correggete di sale. Servitelo con la carne.

SOVRACOSCE DI POLLO E FEGATINI AL MARSALA

Cuoca Sara Foschini
Impegno Medio
Tempo 1 ora e 10 minuti più 3 ore di marinatura

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
500 g fegatini già puliti
100 g vino tipo Marsala
4 sovracosce di pollo di media dimensione
3 cipolle bianche
3 carote
1 porro piccolo
vino bianco secco
miele di acacia
salsa di soia
olio extravergine di oliva
sale – pepe in grani

Raccogliete i fegatini e le sovracosce in una ciotola, conditeli con il Marsala, 4 cucchiai di salsa di soia, una ventina di grani di pepe pestati, 40 g di olio e 5 cucchiaini di miele. Sigillate la ciotola con la pellicola e ponete in frigo a marinare per almeno 3 ore.
Mondate e affettate cipolle e porro. Rosolate tutto in una padella con 2 cucchiai di olio e un pizzico di sale per 2-3 minuti. Unite poi le sovracosce e proseguite nella cottura sulla fiamma media per 3-4 minuti.
Sfumate con 1 bicchiere di vino, riducete la fiamma, coprite e cuocete per 35 minuti; aggiungete quindi le carote, a tocchetti, e completate la cottura in 10-15 minuti.
Rosolate i fegatini in un'altra padella unendo tutta la marinata e cuocete sulla fiamma media per 15-18 minuti.
Aggiungete i fegatini nella padella con le sovracosce e saltate tutto insieme per 1-2 minuti sulla fiamma vivace.
Servite subito, ben caldo.

Tartare e bisque di gamberi *pag. 68*

Squisito l'accostamento con un **rosato** d'annata delicato e agrumato, come l'Aliè 2022 di Tenuta Ammiraglia, prodotto in Maremma da uve syrah e vermentino. Ha profumi freschi di macchia mediterranea e un gusto iodato, che ravviva la dolcezza dei gamberi. *15 euro, frescobaldi.com*

Millefoglie di patate *pag. 72*

Funziona un abbinamento con un bianco campano pieno di carattere, come il **Fiano** Zagreo 2019 di I Cacciagalli: nato su suoli vulcanici, è un vino naturale, macerato e vinificato in anfora; corposo, sapido e persistente, tiene testa al sapore affumicato della scamorza. *25 euro, icacciagalli.it*

UOVO
L'ingrediente assoluto, nutrimento nobile a bassissimo costo, senza pari nella prestazione culinaria. Al gusto, la differenza la fanno le consistenze, secondo cottura, e gli abbinamenti: le uova cremose sono le più attraenti, da esaltare con elementi croccanti. Provatele con scorza di agrumi o il tocco acido del rabarbaro.

PANCIA DI MAIALINO
I tagli meno pregiati sono spesso tra i più gustosi, se trattati con le dovute attenzioni: la pancia di maialino, a differenza di quella dell'animale adulto, non presenta grasso sotto la cotenna e la polpa, cotta in umido, risulta tenera e succosa. La cotenna va invece arrostita, così si sgrassa e diventa molto croccante.

POLLO
Ciascuna parte richiede un'attenzione diversa. Per questo, anziché il pollo intero, è spesso preferibile cucinare sovracosce, petto, fusi e alette da soli, per dedicare a ciascuno i tempi e la tecnica più adatta. Aggiungendo in umidi e sauté i fegatini il sapore guadagnerà intensità e pienezza.

DOLCI

Ciotolina della mela **Marie Ceramiche**, piatto bianco della mela e tovagliolo del plum cake **Les-Ottomans**.

Plum cake con le **PERE**

Pancake e ganache alla **BARBABIETOLA**

MELA 100%

Cuoco Franco Aliberti
Impegno Medio
Tempo 1 ora più 3 ore di riposo

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

PER LA MELA

- 350 g **mele succose**
- 50 g **zucchero**
- ½ **baccello di vaniglia**
- **cannella in polvere**
- **gelatina alimentare in fogli**

PER IL BISCOTTO

- 50 g **burro**
- 50 g **zucchero**
- 35 g **farina di mandorle**
- 35 g **farina 00**
- 15 g **scarto delle mele**
- **sale**

PER LA MELA

Tagliate le mele in quattro spicchi, eliminando solo i semi e il picciolo.
Raccogliete gli spicchi di mela in una casseruola con lo zucchero, i semi della vaniglia e 100 g di acqua. Cuocete dolcemente per 30 minuti.
Scolate le mele conservando il liquido di cottura. Frullatele e setacciatele, in modo da scartare la parte più «fibrosa». Mettete da parte la crema di mela e conservate lo scarto rimasto nel setaccio.
Pesate il liquido di cottura e unite la gelatina precedentemente ammollata in acqua fredda (calcolate 2,5 g di gelatina per ogni 150 g di liquido). Fate sciogliere la gelatina nel liquido e ponetelo a raffreddare in frigorifero per 2 ore, quindi montatelo con una frusta a immersione. In alternativa, raccoglietelo in un sifone, fate raffreddare in frigorifero; infine caricate con una cartuccia per panna/crema.

PER IL BISCOTTO

Impastate tutti gli ingredienti con un pizzico di sale: otterrete un panetto molto morbido.
Stendetelo tra due fogli di carta da forno a 5 mm di spessore e lasciatelo riposare per 1 ora in frigorifero.
Cuocete quindi in forno a 190 °C per 10 minuti circa. Sfornate la pasta e, una volta raffreddata, sbriciolatela in modo grossolano.

PER COMPLETARE

Distribuite nei piatti o nelle coppette la crema di mela e la pasta sbriciolata; completatate con un ciuffo di spuma di mela (potete distribuirla semplicemente a cucchiaiate oppure raccoglierla in una tasca da pasticciere con una bocchetta dentellata). Se avete usato il sifone, erogatela direttamente dal beccuccio.
Profumate a piacere con un pizzico di cannella in polvere.

PLUM CAKE CON LE PERE

Cuoco Franco Aliberti
Impegno Medio
Tempo 1 ora e 30 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 8 PERSONE

- 120 g **farina 00 – 90 g zucchero**
- 75 g **yogurt**
- 45 g **olio di semi di girasole**
- 25 g **latte**
- 7 g **lievito in polvere per dolci**
- 3 **piccole pere Abate**
- 2 **uova**
- ½ **baccello di vaniglia**

Lavate le pere senza sbucciarle, mettetele in una casseruola e copritele con acqua fredda. Cuocetele per circa 15 minuti dal bollore, scolatele e lasciatele raffreddare completamente.
Mescolate intanto le uova con lo zucchero, con una frusta, senza montarle. Unite l'olio, il latte, i semi della vaniglia e lo yogurt.
Amalgamate bene tutti gli ingredienti, quindi aggiungete la farina e il lievito, setacciati insieme.
Versate il composto in uno stampo da plum cake (lungo 26 cm), foderato con carta da forno.
Affondate dentro l'impasto le 3 pere, dopo aver tagliato una fetta sul fondo, così da poterle appoggiare in modo stabile. Dovrà rimanere scoperta la sommità con il picciolo.
Infornate il dolce a 180 °C per circa 35 minuti. Controllate la cottura con uno stecchino: inserito nel centro dell'impasto, dovrà uscire quasi asciutto.
Sfornate il dolce e lasciatelo raffreddare prima di toglierlo dallo stampo. Sformatelo e servitelo spolverizzando a piacere con zucchero a velo.

PANCAKE E GANACHE ALLA BARBABIETOLA

Cuoca Sara Tieni
Impegno Medio
Tempo 45 minuti
Vegetariana

PER 4 PERSONE

- 375 g **latte di cocco**
- 225 g **farina 00**
- 150 g **cioccolato bianco**
- 150 g **cioccolato fondente**
- 110 g **zucchero**
- 4 **uova**
- 1 **barbabietola precotta**
- 1 **bustina di lievito per dolci vanigliato**
- **latte intero**
- **olio di mais**
- **sciroppo di acero**

Sbucciate e tagliate a cubetti la barbabietola, ponetela in una casseruola con ½ bicchiere di acqua e portate a ebollizione. Spegnete e frullate finemente, ottenendo una crema.
Tritate grossolanamente i cioccolati e poneteli in due diverse ciotole.
Versate in ogni ciotola 2 cucchiai di latte intero e fondete i cioccolati nel forno a microonde alla massima potenza, infornandoli per 30 secondi alla volta, per 4 volte.
Unite in ciascun cioccolato 2 cucchiai di crema di barbabietola, amalgamate e tenete da parte le ganache.
Amalgamate in una ciotola la farina, il latte di cocco, lo zucchero, il lievito e i tuorli con la restante crema di barbabietola.
Montate a neve gli albumi e incorporateli, pochi alla volta, al composto di tuorli mescolando dal basso verso l'alto: otterrete un impasto rosa soffice e spumoso.
Scaldate in una padella 1 cucchiaio di olio di mais, quindi unite 2-3 cucchiai di composto, uno sull'altro. Cuocete a fiamma media: quando il pancake inizia a fare le bolle, abbassate la fiamma, voltatelo con una spatola e cuocetelo per 1-2 minuti. Continuate così fino a esaurire il composto.
Adagiate i pancake tiepidi in un piatto e farciteli con le ganache. Completate con un filo di sciroppo di acero.

L'abbinamento consigliato
Per una ricca prima colazione, servite i pancake con fettine di banana irrorate con poco succo di limone o con la polpa del frutto della passione.

Pancia di maialino in doppia cottura con purè alla senape *pag. 75*

Accostate un rosso elegante per dare più valore a questo taglio povero. Il **Brunello di Montalcino** 2018 di Ridolfi è figlio di un'annata già godibile ora, succoso e con una rinfrescante acidità.
58 euro, ridolfimontalcino.it

Sovracosce di pollo e fegatini al Marsala *pag. 77*

Tra gli abbinamenti più tradizionali c'è quello con un rosso toscano a base di sangiovese, come il **Chianti Classico** Gran Selezione Vigna Casi 2018 di Castello di Meleto; è rotondo e intenso, con una bella acidità e aromi che ricordano il pepe e le spezie orientali.
39 euro, castellomeleto.it

Mela 100% *pag. 80*
Plum cake con le pere *pag. 80*

Gli intensi profumi di mela e di pera di un **Prosecco Superiore di Cartizze** sembrano fatti apposta per accompagnare i dolci a base di mele e pere. Il Dry di Villa Sandi è fine, morbido, perfettamente bilanciato tra dolcezza e acidità.
21 euro, villasandi.it

Pancake e ganache alla barbabietola *pag. 81*

Ci vuole un vino rosso dolce, che stia bene con il cioccolato e che possa abbinarsi al meglio con la ricetta anche da un punto di vista cromatico. Il **Moscato Rosa** 2022 di Cantina Caldaro è aromatico, leggero e spensierato. Servitelo sui 10-12 °C.
11 euro, kellereikaltern.com

MELA
È possibile creare una «torta di mele» senza sprecare nessuna parte della mela, se non i semi e il picciolo (che si possono mettere in infusione nell'alcol, per creare un liquore dolce-amaro): buccia, polpa e liquido di cottura trattati in tre modi diversi creano un dolce buono e sorprendente.

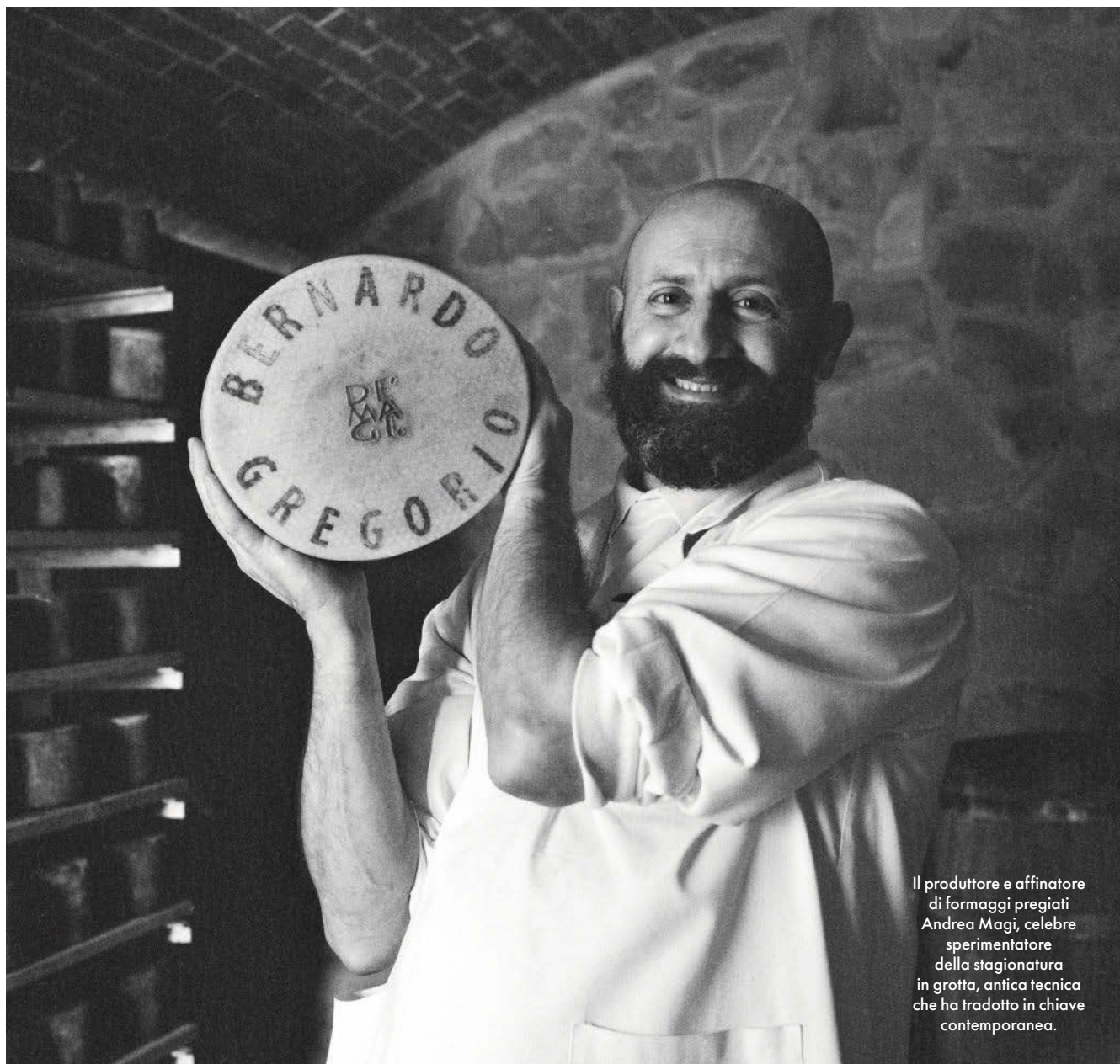
PERA
Per valorizzare la consistenza fondente che acquista in cottura, il risultato migliore si ottiene lasciandola intera. Nel nostro cake, che cuoce insieme e intorno ai frutti, l'impasto regala dolcezza e preserva la consistenza della pera di cui si scarterà solo il picciolo.

BARBABIETOLA
Zuccherina, delicata e gelatinosa, una volta cotta e ridotta in crema diventa una base perfetta da incorporare in impasti dolci e salati, dalle torte alle paste fresche, dal pane alle focacce. La colorazione intensa dà un effetto sorprendente nelle creme chiare e nelle ganache al cioccolato bianco.

UNA TERRA PROMESSA

Dal miele «di spiaggia» ai formaggi nelle caverne, dall'olio centenario, che piaceva ai re, fino al prosciutto che sa di storia. Un viaggio delizioso tra i migliori artigiani del Pisano. Fatto di volti , gesti e storie, prima ancora che di assaggi

DI **SARA TIENI**, FOTO **GIACOMO BRETZEL**

I produttori raccontati in questo servizio fanno parte dell'ambito Terre Di Pisa che riunisce, oltre ai produttori agricoli e artigianali, anche gli operatori turistici, i comuni, le Unioni Valdera e Altavaldera, le numerose associazioni del territorio pisano. L'ente è promosso dalla Camera di Commercio TNO (Toscana Nord-Ovest). Sul sito *terredipisa.it*, tutti gli itinerari per scoprire le meraviglie naturalistiche e culturali che stanno «oltre la Torre».

Il produttore e affinatore di formaggi pregiati Andrea Magi, celebre sperimentatore della stagionatura in grotta, antica tecnica che ha tradotto in chiave contemporanea.

I FORMAGGI «MAGICI»

Sono affinati nelle vinacce, nelle anfore o nelle foglie di fico in grotte di pietra 4.0 da Andrea Magi, artigiano che trasforma il latte in opere d'arte

A dodici anni Andrea Magi già iniziava la sua storia d'amore con i formaggi: aiutava la sua famiglia a lavarli, imparando a modulare l'acqua calda, fredda o tiepida a seconda della tipologia casearia. Un gesto semplice, che si è trasformato, nel tempo, in eccellenza.

Oggi Magi è un apprezzato affinatore a Castiglion Fiorentino (Arezzo) e un selezionatore (tra l'altro membro della Confraternita «Guilde Internationale des Fromagers»). L'artigiano è celebre anche per essere un grande sperimentatore della stagionatura in grotta, tecnica antichissima riportata da lui in auge. Per questo, nella sede dell'azienda, sono stati creati due locali in pietra naturale muniti di un sistema super tecnologico che consente di controllarne, costantemente e da remoto, il microclima. I formaggi, in base alla loro tipologia, vengono affinati su assi di legno oppure all'interno di barrique nel caso di erborinati o di maturazioni particolari (sotto vinacce, per esempio), o nelle anfore con foglie (di noce, ulivo, fico, castagno...).

Le grotte consentono anche di sperimentare accostamenti e processi di stagionatura speciali. Il risultato? Caci dalle forme e dai nomi poetici come il *Pecorino Virtuoso* o *Pulcinell*a, una creazione a base di tre diversi tipi di latte (mucca, pecora e capra), con uno stencil di pepe nero della celebre maschera. *demagi.it*

L'OLIO DEL RE

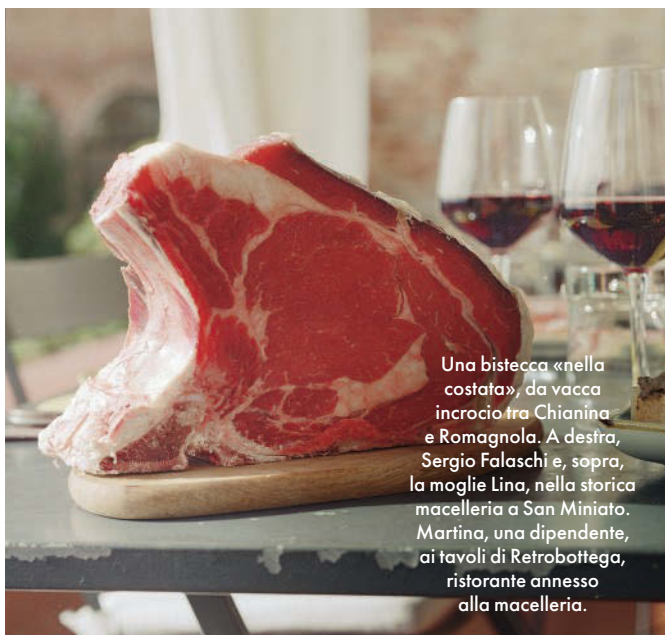
Suocera e nuora unite da trent'anni nel segno di un prodotto-simbolo: l'olio extravergine Toscano Igp. Un tesoro protetto da un consorzio fatto di novemila soci e di storie centenarie

Poche ciance e spirito pratico contagioso, Simona Spinelli ci accoglie sul suo trattore, nel cuore dell'Azienda agricola di famiglia, il Podere San Bartolomeo, sulle colline di Santa Luce, in provincia di Pisa. Accanto a lei c'è la suocera Anna Maria e il marito Federico, con i quali da trent'anni condivide questa avventura nella produzione di una celebrità del territorio: l'olio extravergine Toscano Igp (qui anche bio). Prodotto simbolo per questa regione, è protetto da un Consorzio di quasi novemila associati per otto zone di produzione. C'è il Toscano delle colline: Senesi, Lucchesi, di Arezzo, di Firenze e della Lunigiana. Poi c'è il Toscano di Montalbano, di Seggiano e dei Monti Pisani. Un caleidoscopio di diversi terroir e tanti piccoli tesori da scoprire. Come la Leccino, una cultivar rara molto piccante della bassa Val di Cecina che è anche un Presidio Slow Food. «L'olio lo ricaviamo solo dalle piante secolari, tra le 1500 che abbiamo a dimora nel podere: ha un profumo di erbe selvatiche e di pepe nero. Per la sua preziosità viene chiamato anche *olio del re*, perché un tempo con questa varietà di olive si faceva l'olio destinato ai regnanti», narra Simona che produce anche il Primitivo, blend di Frantoio, Leccino, Moraiolo, ideale per le bruschette. Da non perdere? I frollini all'olio, vera delicatessen all'extravergine. *poderesanbartolomeo.com oliotoscanoigp.it*

Ulivi secolari al Podere San Bartolomeo, azienda guidata da Simona Spinelli, a destra sul trattore, insieme con il marito Federico e la suocera Maria Grazia Mason, sopra. Sopra, a destra, bruschette condite con olio Moraiolo.

NOSTRA SIGNORA NORCINERIA

Dal 1925 una famiglia di maestri macellai tramanda il meglio delle carni toscane. E tra salumi rari e tagli burrosi la storia continua. Con vista su San Miniato

Sa di *Piccolo mondo antico* di Antonio Fogazzaro l'atmosfera che si respira alla Macelleria Falaschi, un gioiello della norcineria e macelleria artigianale nel centro storico di San Miniato, tra Pisa e Firenze. Qui, dal 1925 si sono avvicendate quattro generazioni di abili macellai che devono il loro successo a carni fresche provenienti da allevamenti locali di bovini, suini, ovini, pollame, salumi e gastronomia di produzione propria. In principio l'intuizione fu di Guido Falaschi, che tramandò l'arte dei «maestri macellai sanminiatesi» fino a oggi: alle redini ci sono Sergio Falaschi, con la figlia Anna e il figlio Andrea. Al bancone, immancabile, la Finocchiona toscana Igp, e poi il mallegato, tra i primi presidi Slow Food, specialità della famiglia dei sanguinacci: è un insaccato di sangue crudo e lardello suino tagliato in cubetti, dove i dadi di grasso possono essere saltati nel Vin Santo o nel vino bianco. Da non perdere anche i fegatelli di San Miniato conservati sotto strutto: pura poesia. Si gustano anche a Retrobottega, il ristorante della Macelleria Falaschi; quello che un tempo era il vecchio laboratorio dove venivano prodotti i salumi, oggi è un locale con una terrazza aperta sul versante più panoramico di San Miniato. La proposta del menù cambia a pranzo e a cena tutti i giorni. Come il paesaggio. *sergiofalaschi.com*

Una bistecca «nella costata», da vacca incrocio tra Chianina e Romagnola. A destra, Sergio Falaschi e, sopra, la moglie Lina, nella storica macelleria a San Miniato. Martina, una dipendente, ai tavoli di Retrobottega, ristorante annesso alla macelleria.

Cristiano Savini, con i suoi inseparabili cani, a caccia di tartufi nei boschi vicino all'azienda di famiglia, la Savini Tartufi, a Forcoli, nel Pisano.

TARTUFI DI FAMIGLIA

Nel cuore dei boschi toscani, in cerca dei gioielli della terra. Complici un sapere che si tramanda da generazioni, e il fiuto del più fedele amico dell'uomo

Con il fare esperto di uno scoiattolo, Cristiano Savini si muove nei boschi di Forcoli (Pisa) a caccia di tartufi. Freschi e lavorati, la Savini Tartufi li commercializza in tutto il mondo e li serve al Tartufotto, ristorante gourmet a Milano. «Qui conosco ogni angolo. Ho trovato il mio primo tartufo a sei anni grazie a Stella, il mio primo lagotto (*una razza di cani storicamente addestrata per la caccia al tartufo*, ndr)». Con gli stivali risistema la terra smossa dai cinghiali, ghiotti del celebre tubero, i concorrenti più agguerriti del tartufaio, figura esperta dai saperi misteriosi. «Ci tramandiamo un taccuino in cui segniamo la nostra mappa segreta. Mio nonno Zelindo, che avviò l'attività, ci diede il suo poco prima di mancare». C'è sempre da cercare. «Il tartufo non si trova tutto l'anno. E ce ne sono ben nove tipologie. Ognuna ha una stagione e piante di riferimento. Qui, nel raggio di cento chilometri si riesce a trovare di tutto, dal bianchetto o marzuolo, che è primaverile e cresce tra le radici dei pioppi, al bianco, che adora le querce, e si trova da settembre a dicembre». Oltre alla classica *truffle experience*, per sperimentare una giornata di caccia del tartufo e poi degustarlo, l'azienda propone la *truffle Academy*: un'esperienza immersiva per diventare esperti del prezioso fungo ipogeo. *savinitartufi.it*

Da sinistra, Giacomo Desideri con il fratello Luca, quarta generazione dell'azienda di Montecatini. Seduto, il padre Stefano.

I SOGNI SON DESIDERI

Da un secolo la famiglia Desideri custodisce i segreti delle cialde di Montecatini e dei brigidini «delle monache». Biscotti delicati, di zucchero e albume

A Montecatini Terme, nel cuore della Valdinievole, nella terra di Leonardo da Vinci, da un secolo regna la fragranza delle creazioni dolciarie della famiglia Desideri, qui una piccola leggenda.

Tutto è iniziato tre generazioni fa, quando Stefano Desideri, da ambulante, vendeva i suoi «chicchi», i suoi dolcetti, tra i borghi della Toscana: nel 1911 i suoi Brigidini di Lamporecchio, delicate sfoglie a base di uova, farina, zucchero e anice, gli valsero la Medaglia d'Oro alla Fiera Campionaria di Milano. Una ricetta che nacque, per caso, dice la leggenda, da un errore nell'impasto delle ostie, commesso dalle monache del convento di Santa Brigida di Lamporecchio. Una prelibatezza poi venduta nella bottega che Stefano aprì nel cuore di Montecatini, oggi pasticceria, rinomata per altre due icone locali: le cialde di Montecatini e i cantucci di Prato. «Le cialde, stampate finemente e farcite con un impasto di zucchero, mandorle e vaniglia, sono dei sottilissimi wafer che stagionano per ben venti giorni, sapientemente accuditi», racconta Giacomo. «A oggi sono declinate in tre forme e dimensioni, e sono il nostro fiore all'occhiello». In bottega il sapere è stato tramandato a lui e al fratello Luca che hanno portato innovazione e macchinari, anche se la gran parte delle lavorazioni è ancora fatta a mano «con amore immutato nel tempo». *cialdedesideri.it*

UN CIOCCOLATO DA OSCAR

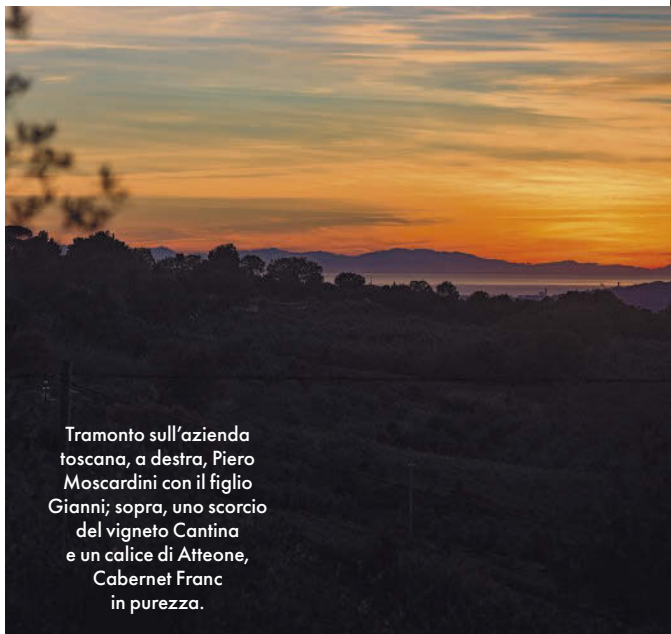
Nel cuore della campagna pisana, un'azienda pluripremiata celebra il cioccolato più raro del mondo. E insegna a degustarlo, lentamente. Prima regola: mai dopo i pasti

La bontà è rigore, rispetto, stupore. È questa la filosofia che guida Amedei, azienda pisana celebre nel mondo per le sue creazioni, premiata molte volte con il Golden Bean (una sorta di Oscar del cioccolato), assegnato dall'Academy of Chocolate di Londra alla tavoletta *Toscano Black 63*, fondente al 63%, nel 2008. Nel 2019 per il *Toscano Brown* invece, la Compagnia del Cioccolato, associazione di appassionati ed esperti di Perugia, assegna all'azienda l'ottavo premio per miglior tavoletta al latte. La storia dell'industria di Pontedera, nel Pisano, nata nel 1990 da un piccolo laboratorio non è solo fatta di riconoscimenti (85, finora). Il successo si basa su gesti antichi e cacao selvaggi selezionati in piantagione. E poi, tostatura delle fave, fermentate ed essiccate al sole per tre settimane, ad aria, a calore indiretto, e concaggio della massa di cacao (attraverso un continuo rimescolamento) per 72 ore. Una cura maniacale per arrivare al cuore di un pubblico fatto di grandi appassionati. La tendenza non a caso è «il cioccolato da meditazione», spiega Luca Fiorentini, maître chocolatier e responsabile della linea di produzione. «Per chi vuole avvicinarsi a questo mondo c'è un kit di quattro cru, o monorigine, in purezza oppure di sei blend. La regola? Partite dalla percentuale più bassa, a salire. Degustate a stomaco vuoto e, tra un assaggio e l'altro, pulite il palato con del pane». Per Pasqua? «Tra le novità, l'edizione limitata Selezione Fondenti, con al suo interno 3 uova fondenti, con i 3 gusti delle 3 nostre tavolette top di gamma». *amedei.it*

Uovo di cioccolato con interno foderato di frutti rossi disidratati. A destra, i dipendenti della fabbrica di Amedei a Pontedera. Sopra, il maître chocolatier Luca Fiorentini; uova pasquali con granella di nocciola del Piemonte Igp.

DIVINAMENTE

In Alta Maremma, alla scoperta di calici cangianti come il territorio, su un altopiano che richiama la sapidità del mare e la brezza di montagna

Tutto inizia dalla terra e finisce nel calice dopo un epico percorso. Siamo nell'azienda vitivinicola Gianni Moscardini, su un altopiano dell'Alta Maremma Toscana, a circa 30 chilometri a nord di Bolgheri. Questo è il «feudo» di Gianni e Roberta Moscardini, che nel 2008, a 180 metri di altitudine, decisero di dare vita a vini che esprimessero al meglio i sentori variopinti di questa terra: il terreno infatti, straordinariamente ricco, varia in maniera netta dal calcareo sedimentario, di origine marina, al pietroso e arido di origine magmatico-vulcanica incontrando zone prettamente argillose di natura sedimentaria di mare profondo. Sette le varietà di vitigni distribuiti in diversi appezzamenti dai nomi suggestivi (Campo San Giovanni, Campo al Pino, Cantina, Puntina e Riserva) su circa tredici ettari. Un vino simbolo? Il Sileno Ciliegiolo e una novità: il Verdicchio Igt Costa Toscana. Frutti di un microcosmo che comprende anche l'ospitalità. «Organizziamo degustazioni in abbinamento a prodotti locali, comodamente seduti sotto al pergolato che guarda verso i vigneti e nascosto alla vista da rose antiche e piante aromatiche, con panorama mozzafiato che spazia dalle Alpi Apuane al Mar Tirreno. In inverno, amiamo ricevere all'interno del locale degustazioni o in barriccaia dove si può continuare a godere delle bellezze del paesaggio attraverso grandi vetrate». *giannimoscardini.com*

Tramonto sull'azienda toscana, a destra, Piero Moscardini con il figlio Gianni; sopra, uno scorcio del vigneto Cantina e un calice di Atteone, Cabernet Franc in purezza.

Donatella Baldi, al centro, tra la sua collaboratrice, Angela Cardi, sua cugina e direttore commerciale, e Federico Riva, giovane collaboratore e studioso.

MIELE DI SPIAGGIA

Tra le dune, nel cuore del Parco di San Rossore nasce un miele millefiori che porta con sé i profumi del mare. Grazie ad arnie che dimorano su spiagge protette

Ha un che di poetico oltre che dolcemente naturalistico la storia di Donatella Baldi, piccola azienda artigianale, pluripremiata, fondata nel 1995, in Località Nuova Sterpaia a San Giuliano Terme (Pisa). Siamo nel Parco di Migliarino San Rossore Massaciuccoli, sul litorale marino tra Calambrone e Viareggio, 23 chilometri di arenili, tutelati dall'Unesco. Donatella, che dà il nome all'azienda, un passato da ragioniera, oggi acclamata apicoltrice, insieme ad Angela Cardi, cugina e suo direttore commerciale, ha concretizzato il suo amore per le api in un'azienda totalmente biologica che produce vari tipi di miele, dal millefiori al castagno. Soprattutto, ha valorizzato una varietà rara, dal colore chiaro, molto fluida che sa di mare: il miele «di spiaggia». Raccolto tra maggio e agosto, è prodotto dalle api che volano tra i fiori di tamerice, corbezzolo, pitosforo, cisto ed elicriso (in Versilia lo chiamano *camuciolo*), piante di macchia mediterranea ricche di oli essenziali, che rimangono sulle zampe degli insetti durante l'impollinazione. Gli insetti d'altronde, le cui arnie dimorano tra le dune, vivono protetti nell'ecosistema tra la battigia e la pineta, un limite per loro dolcemente invalicabile. E dai suoi mieli Donatella ricava ora anche (novità) creme di bellezza. *donatellabaldi.it*

Fabio Viani, Presidente del Consorzio del Prosciutto Toscano Dop, intento alla tradizionale spillatura delle cosce con uno speciale ago realizzato con un osso di cavallo: molto poroso, permette di percepire meglio i profumi della coscia per capirne il grado di maturazione.

IL «NASO» DEI PROSCIUTTI

Un sapere centenario per un'eccellenza della norcineria toscana: il prosciutto. Che, massaggiato, spillato e ben riposato, svela tutta la sua aromatica morbidezza

eguire i tempi della natura, questo deve essere la stagionatura del Prosciutto Toscano Dop. Ce lo spiega Fabio Viani mentre accarezza le cosce di maiale in affinamento e procede alla spillatura, ovvero l'analisi dell'umidità e del sale che contengono. «Tradizionalmente in questa fase si utilizza un ago d'osso ricavato dalla tibia di un cavallo, che viene inserito in vari punti del prosciutto. Ciò permette di rilevare gli aromi interni e il grado di maturazione». Solo un naso allenato, però, riesce in questa operazione di verifica e controllo, e Viani la affronta con la dimestichezza della pratica: velocissimamente. Presidente del Consorzio, rappresenta anche l'ultima generazione dello storico Salumificio Viani, cento anni appena compiuti, nei pressi di San Gimignano (Siena), vera istituzione della norcineria locale. Prima di arrivare nella stanza di stagionatura, i prosciutti vengono massaggiati, a mano, molto accuratamente, con una miscela a base di sale, pepe, aglio, alloro, rosmarino, bacche di ginepro e altri aromi tipici del luogo. «Niente conservanti, sa? Ma un riposo, orizzontale, per tre-quattro settimane a bassa temperatura. È questo il segreto, non avere fretta. La suinicoltura toscana ha origini lontane, contadine e poderali: il prodotto che ne deriva è eccellente. Il resto lo fanno il sole e i venti di questa terra, le sue essenze. Un patrimonio indefinibile». *salumificioviani.com*

IL CACAO E GLI ARTISTI

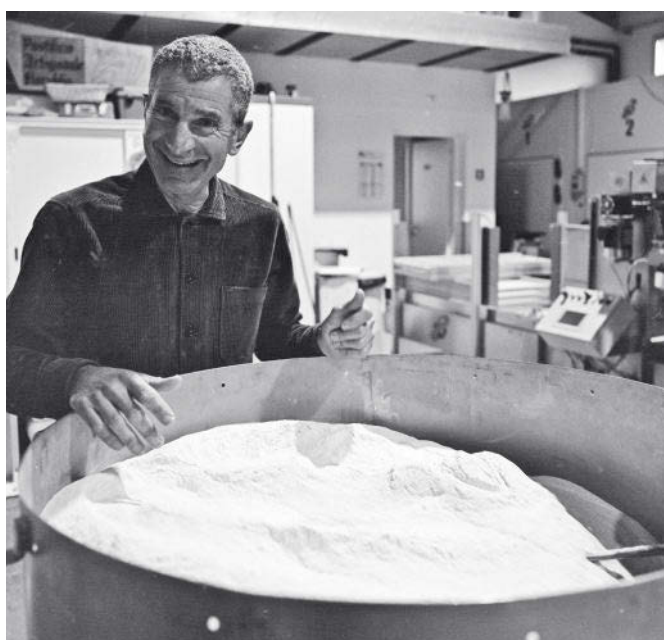
Una coppia italo-olandese, la passione per il cioccolato pregiato e molta fantasia. Ecco come Cecilia e Paul hanno rivoluzionato la tavoletta. E continuano a divertirsi

Cecilia Iacobelli e Paul De Bondt sono due creativi prestati al mondo del cioccolato. Pisana lei, olandese dell'Aia lui, entrambi diplomati all'Accademia di Belle Arti, si incontrano nella cucina di un albergo in Versilia, dove Paul prestava servizio come cuoco e pasticciere dopo aver virato verso studi culinari. Da quell'unione, affettiva e lavorativa, nasce, nel 1993, un marchio di cioccolato d'autore a base di cacao pregiati che diventa famoso nel mondo (sono stati tra l'altro i primi italiani ad aver avuto l'onore di essere chiamati a Londra nel tempio del lusso Fortnum & Mason). Dopo una pausa, prima della pandemia, decidono di riannodare i fili del destino e di aprire, solo loro due, una piccola bottega con annesso laboratorio, dove recuperano e implementano il loro Dna. Ne nascono tavolette arricchite con frutta secca, spezie selezionate e frutta candita. C'è quella con croccante ai pinoli, che richiama gli storici dolci pisani, fatti un tempo interamente con la pregiata materia prima. E il divertimento. «Tra le ultime creazioni», racconta Paul, «proponiamo anche fragola e pepe nero oppure cacao peruviano e zucchero *panela*, una varietà di canna grezza e molto aromatica. Il fil rouge? La qualità degli ingredienti, prima di tutto del cacao, selezionato in più di cinquanta varietà e poi lavorato in miscele sartoriali. Li trovate in via Andrea Pisano 95, a Pisa, e su *facebook.com/manufattocacao*.

In senso orario, arancia candita nel cioccolato; tavolette con frutta secca e zuccherini; Cecilia Iacobelli e Paul De Bondt; tavolette arricchite di scorzette candite e fichi secchi su stampe artistiche che rappresentano il centro storico di Pisa.

GRANI IN EVOLUZIONE

Sono antichi quelli coltivati da Rosario e Giovanni Floriddia nella loro azienda biologica, che guarda al futuro, macinando ancora a pietra. Per una bontà «resiliente»

Unisce tradizioni ancestrali, storia e ricerca scientifica Floriddia, azienda agricola fondata negli anni Sessanta dai genitori di Giovanni e Rosario Floriddia a Peccioli (PI) e che dal 1987 si fregia della certificazione biologica. Una realtà sfaccettata che conta un mulino a pietra, un pastificio artigianale e un agriturismo. Celebre per i suoi grani antichi, Floriddia ha lavorato sul concetto delle «popolazioni evolutive», uno speciale mix di sementi naturalmente molto resistente ai cambiamenti climatici e che non necessita di pesticidi. Ottima la pasta artigianale, adatta anche a chi è intollerante al glutine. «Punto forte? La nostra è trafilata al bronzo. Tagliatelle, tagliolini e spaghetti, invece, non sono estrusi da trafila ma ricavati da sfoglia in modo da rendere più ruvido il prodotto finale». L'essiccazione? Lenta, tra 12 e 31 ore a 35 °C, garantisce un'elevata digeribilità. Dal forno interno arrivano pane, pizza e cantucci forniti anche a noti ristoranti della zona. Ricerca e cura per le materie e i processi, sì, ma anche condivisione. «Collaboriamo attivamente con la Rete dei semi rurali e la Facoltà di Agraria di Pisa e Firenze, e siamo partner sostenitori del Progetto Bio Distretto della Valdera», spiega Rosario. Una chicca per appassionati? Sbirciate nello shop on line: si vendono anche vasetti della loro pasta madre alla (modica) cifra di 80 centesimi. Imperdibile. *aziendabiofloriddia.com* ■

In senso orario, Rosario Floriddia col figlio Emanuele, terza generazione dell'azienda; tagliatelle in essiccazione a 35 °C; Rosario durante una fase di lavorazione; Filippo, un dipendente del pastificio artigianale.

MILANO
DA BERE

Se pensate che il capoluogo meneghino sia una città grigia e caotica, fate un salto al Camelia's Yard Milano Social Bistrò, la rinnovata area food&beverage dell'hotel NH Milano Touring, tra Porta Venezia e Brera. Specchi, colori dalle tinte calde, pareti verdi, carte da parati e tappeti a tema tropicale e floreale caratterizzano il nuovo spazio, che vuole richiamare l'atmosfera dei vecchi giardini condominiali milanesi, in modo contemporaneo, rilassante e divertente. Aperto agli ospiti dell'albergo e a tutta la città, Camelia's Yard è un cortile segreto, con un ristorante e un cocktail bar. A pranzo e a cena si assaggiano proposte che omaggiano i sapori locali e i profumi della cucina mediterranea attraverso piatti freschi e sfiziosi, come il tentacolo di polpo scottato su crema di patate viola e alghe miste, i tagliolini tricolore con cime di rapa, su crema di pecorino sardo e cubetti di pomodoro o la costoletta di vitello alla milanese con cubi di zucca arrostita al forno. Al cocktail bar si degustano i drink innovativi pensati per il Camelia's Yard da Luca Anastasio, uno dei bartender più noti nel panorama mondiale. Da provare sono il Mojito Deluxe, preparato con Ron Zacapa 23 anni, e il Camelia, un'esplosione di sapori ricercati, con cardamomo, kefir e sciroppo di cetriolo. Per una quota aggiuntiva di svago c'è il grande tavolo da biliardo che invita a un tuffo nelle vecchie atmosfere cittadine. La Milano da bere è tornata più in forma che mai! ● **WWW.CAMELIASYARD.COM**

In alto, una veduta del Cocktail Bar, con il grande bancone, le sedute alte e i colorati divanetti e poltroncine firmati da Calligaris Contract. Sopra, Ninfea bianca, burrata pugliese su crema di pomodori pachino e germogli freschi, una delle sfiziose proposte del ristorante.

RICETTE
JOËLLE NÉDERLANTS
TESTI
VALENTINA VERCELLI
FOTO
RICCARDO LETTIERI
STYLING
CAMILLA GIACINTI

FOCACCIA AL CRESCIONE CON CIPOLLA, PISELLI E ALICI FRITTE

Alleggerite i piatti e il palato con ortaggi e legumi novelli, crescione, lime, erbe aromatiche. E riaccendete la tavola con una luce più chiara

BENTORNATA PRIMAVERA

Casetta segnaposto del risotto e piattino della focaccia **Amodino Milano**, piatto e ciotolina del risotto e bicchiere della focaccia **Seletti**, forchetta e casseruola gialla **KnIndustrie**, ciotolina dei piselli **Waiting for the bus**.

RISOTTO AL POMODORO, LAMPONE, ORTICA, PESTO DI FOGLIE DI SEDANO

CARBONARA CON CARCIOFI E PANCETTA AFFUMICATA

FOCACCIA AL CRESCIONE CON CIPOLLA, PISELLI E ALICI FRITTE

Impegno Medio
Tempo 1 ora e 20 minuti
più 6 ore e 30 minuti di riposo

INGREDIENTI PER 8 PERSONE

- **660 g farina 0**
- **400 g crescione**
- **150 g piselli sgranati**
- **150 g cipolla rossa pulita**
- **2 g lievito di birra secco**
- **12 alici**
- **semola rimacinata di grano duro**
- **olio extravergine di oliva**
- **sale fino e in fiocchi**

Preparate la biga per la focaccia: mescolate in una ciotola 60 g di farina, il lievito di birra e 60 g di acqua. Pulite bene i bordi della ciotola, coprite con la pellicola alimentare e lasciate riposare a temperatura ambiente, per circa 3 ore, finché il composto non avrà raddoppiato il suo volume (volendo potete preparare la biga il giorno prima, ponendola in frigo, dopo le 3 ore di lievitazione).
Mondate il crescione, lavatelo e sbollentatelo in acqua salata per 1 minuto; scolatelo in acqua ghiacciata, strizzatelo e frullatelo con 300 g di acqua.
Impastate 600 g di farina con la biga e il crescione frullato (con la planetaria, lavorate l'impasto per 4-5 minuti). Unite poi 12 g di sale fino e 25 g di olio e impastate per altri 5 minuti. Raccogliete l'impasto a palla, copritelo e lasciatelo lievitare per 1 ora o più (il volume dovrà raddoppiare).
Ungete con poco olio una teglia (30x40 cm), stendetevi l'impasto, copritelo con una pellicola alimentare e lasciatelo riposare per 30 minuti.
Ungetevi i polpastrelli con olio e allargate bene la focaccia nella teglia, quindi lasciate lievitare per 1 ora e 30 minuti. Dopodiché, ungetevi di nuovo i polpastrelli, praticate dei buchi sulla superficie dell'impasto e distribuitevi un'emulsione preparata con 2 cucchiai di acqua e 2 cucchiai di olio e fate riposare per 30 minuti. Guarnite infine la focaccia con la cipolla rossa tagliata a fettine sottilissime, condite con un filo di olio e scaglie di sale e infornate, nel forno a 220 °C, per 25-30 minuti.

PER COMPLETARE

Sbollentate i piselli in acqua salata per 3 minuti, scolateli e conditeli con un filo di olio.
Pulite le alici: staccate la testa, apritele a libro ed eliminate la lisca.
Impanatele nella semola e friggetele in una padella con qualche →

Piatto delle conchiglie e piattino viola del lime **Waiting for the bus**, calice delle conchiglie e piatto della torta **Seletti**, posate **KnIndustrie**, piattino con la fetta di torta **Amodino Milano**.

MISTO DI CONCHIGLIE E ORTAGGI NOVELLI CON CREMA AL CURRY

TORTA DI CIOCCOLATO AL LIME E CARDAMOMO

cucchiaio di olio ben caldo, finché non saranno dorate su entrambi i lati. Scolatele su carta da cucina e salatele.
Sfornate la focaccia, distribuitevi sopra le alici fritte e i piselli. Servitela completando a piacere con foglie di crescione fresco, un filo di olio e fiocchi di sale.

RISOTTO AL POMODORO, LAMPONE, ORTICA, PESTO DI FOGLIE DI SEDANO

Impegno Facile
Tempo 50 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

320 g riso Carnaroli
250 g ortiche
180 g passata di pomodoro
60 g burro
40 g panna acida
40 g lamponi
20 g mandorle
sedano
salsa Worcester
Tabasco
olio extravergine di oliva
sale
pepe bianco

Frullate 80 g di passata di pomodoro con i lamponi e un pizzico di sale; setacciate la salsa ottenuta.
Indossate dei guanti, immergete le ortiche in acqua e sfogliatele; scottatele in acqua bollente, leggermente salata, per 30 secondi, quindi tuffatele in acqua e ghiaccio. Sgocciolatele e frullatele con 50 g di olio, un pizzico di sale e una macinata di pepe ottenendo una salsa.
Tritate grossolanamente le mandorle e tostatele in una padella per 1 minuto.
Portate a ebollizione 1,5 litri di acqua con 100 g di passata di pomodoro, insaporendo con 2 cucchiai di salsa Worcester e 10-12 gocce di Tabasco.
Tostate il riso in una casseruola con un paio di cucchiai di olio.
Bagnatelo con 3-4 mestoli di acqua al pomodoro e portatelo a cottura per circa 15 minuti, bagnandolo di tanto in tanto con un mestolo di acqua di pomodoro.
Mantecate il risotto con il burro e la panna acida. Completate con una macinata di pepe bianco.
Tritate grossolanamente 20 foglie tenere di sedano con 20 g di gambo e condite con 3 cucchiai di olio e un pizzico di sale.
Distribuite il risotto nei piatti; completate con la salsa di ortiche, quella di pomodoro e lampone, il pesto di sedano e le mandorle tostate. Guarnite a piacere con lamponi spezzettati e gocce di panna acida. →

CARBONARA CON CARCIOFI E PANCETTA AFFUMICATA

Impegno Facile
Tempo 50 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

320 g linguine
80 g pancetta affumicata
30 g Parmigiano Reggiano Dop grattugiato
20 g pecorino grattugiato
4 carciofi
4 tuorli
1 bustina di zafferano
limone – aglio
prezzemolo tritato
semola rimacinata di grano duro
olio di arachide
olio extravergine di oliva
sale – pepe

Mondate i carciofi e tuffateli via via in acqua acidulata con il succo di ½ limone.
Tagliateli a fettine sottili. Cuocetene 3 in una padella, con 3 cucchiai di olio extravergine, un pizzico di sale e 1 spicchio di aglio schiacciato con la buccia; dopo 3-4 minuti spegnete ed eliminate l'aglio.
Tagliate la pancetta a dadini e rosolatela in padella per 2-3 minuti, finché non sarà croccante.
Impanate nella semola le fettine del carciofo rimasto e friggetele in abbondante olio di arachide a 170 °C, finché non saranno dorate e croccanti; scolatele e asciugatele bene con carta da cucina.
Cuocete le linguine in abbondante acqua bollente salata.
Sbattete i tuorli e amalgamatevi il pecorino e il parmigiano grattugiati; unite lo zafferano, una macinata di pepe e stemperate con ½ mestolo di acqua di cottura delle linguine.
Aggiungete la pancetta nella padella dei carciofi stufati, tuffatevi le linguine e lasciatele insaporire per 1 minuto. Spegnete, unite il composto di tuorli, 1 cucchiaio di prezzemolo tritato e mescolate.
Distribuite le linguine nei piatti, completate con i carciofi croccanti, una macinata di pepe e servite.

PANNA COTTA DI FINOCCHI E MASCARPONE

Impegno Facile
Tempo 45 minuti più 3 ore e 20 minuti di raffreddamento

INGREDIENTI PER 8 PEZZI

900 g finocchi
250 g mascarpone
200 g misticanza
80 g germogli misti
20 g gelatina alimentare in fogli
10 foglie di nepetella
10 foglie di maggiorana
10 foglie di dragoncello
semi di finocchio
finocchietto
olio extravergine di oliva
sale

Ammorbidite la gelatina in acqua fredda.
Mondate i finocchi, tagliateli a pezzi e cuoceteli in acqua bollente salata e aromatizzata con 1 cucchiaino di semi di finocchio e 2-3 rametti di finocchietto, per 15 minuti. Scolate i finocchi (eliminate il finocchietto) e frullateli subito, ancora caldi, con 1 cucchiaino raso di sale e la gelatina, ben strizzata; unite anche il mascarpone e frullate ancora per amalgamare.
Distribuite il composto ottenuto in 8 stampini in silicone (ø 8 cm) e poneteli in frigorifero per 3 ore, quindi in congelatore per 20 minuti.
Raccogliete in una ciotola la misticanza, i germogli e le erbe aromatiche e condite con olio e sale.
Sformate le panne cotte, adagiatele nei piatti, completate con la misticanza aromatica. Servite dopo una decina di minuti.

MISTO DI CONCHIGLIE E ORTAGGI NOVELLI CON CREMA AL CURRY

Impegno Facile
Tempo 40 minuti più 2 ore di riposo

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

1 kg cozze
1 kg vongole
1 kg cannolicchi
200 g taccole
200 g carote novelle
150 g panna fresca
8 zucchine novelle
aglio
scalogno
vino bianco secco
curry – sale
olio extravergine di oliva

Mettete a bagno le vongole in acqua salata e lasciatele spurgare per un paio di ore.
Pulite le cozze.
Raccogliete vongole, cozze e cannolicchi in tre diverse pentole, con 2 cucchiaiate di olio, 1 spicchio di aglio, 1 scalogno tritato e uno spruzzo di vino bianco. Coprite e fate aprire i gusci sul fuoco.
Sbucciate le carote tenendo parte del ciuffo e tagliatele in 2-3 parti per il lungo. Tagliate le zucchine in 4 spicchi per il lungo.
Recuperate il liquido di cottura dei molluschi, filtratelo e versatelo in una padella capiente. Cuocetevi le carote, le zucchine e le taccole, con un pizzico di sale, per 2-3 minuti. Aggiungete poi la panna e 1 cucchiaio di curry, mescolate e cuocete ancora per 3-4 minuti.
Unite infine le conchiglie e servite.

TORTA DI CIOCCOLATO AL LIME E CARDAMOMO

Impegno Facile
Tempo 1 ora più 3 ore di riposo
Vegetariana

INGREDIENTI PER 8-10 PERSONE

250 g cioccolato fondente
200 g 4 uova
190 g burro
150 g panna fresca
115 g zucchero semolato
2 lime
zucchero a velo
baccelli di cardamomo verde
pepe rosa – verbena fresca

Sbattete le uova, mescolatele con un paio di baccelli di cardamomo pestati e la scorza grattugiata di 1 lime e lasciatele insaporire in frigorifero per almeno 3 ore (meglio ancora per 8 ore).
Fondete il cioccolato con il burro a bagnomaria o nel forno a microonde, mescolando per amalgamare bene il composto.
Mescolate bene lo zucchero con le uova sbattute, quindi filtrate il composto e amalgamatelo al cioccolato fuso con il burro, con l'aiuto di un frullatore a immersione.
Trasferitelo in una tortiera (ø 20 cm h 4 cm) con il fondo imburrato e foderato di carta da forno, anch'essa imburrata; infornate a 160 °C per circa 35 minuti. Sfornate e lasciate intiepidire.
Montate la panna con 1 cucchiaio di zucchero a velo e distribuitela sulla torta. Completate con scorza di lime grattugiata, pepe rosa macinato e qualche fogliolina di verbena.

AMERICAN PISTACHIO GROWERS

VERDI ALLEATI

Uno studio dell'università americana Cornell ha evidenziato come i pistacchi americani siano dotati di una grande capacità antiossidante. "Questo valore, se confrontato con quello di altri alimenti noti per questo potere, come i mirtilli, le ciliegie e le barbabietole, risulta essere tra i più elevati" ha commentato il dottor Ruj Hai Liu, professore di Scienze Alimentari. "Le sostanze antiossidanti sono importanti per prevenire l'infiammazione e l'invecchiamento delle cellule" spiega American Pistachio Growers, l'associazione no profit che riunisce i coltivatori di California, Arizona e New Mexico, i tre paesi che fanno degli Stati Uniti tra i primi produttori di pistacchi al mondo. I pistacchi americani, inoltre, sono importante fonte di proteine vegetali, ideali per la crescita e il mantenimento della massa muscolare e delle ossa e contengono acido linoleico, potassio, fibre alimentari, cromo, rame, manganese, fosforo, tiamina, vitamina B6, magnesio, ferro, selenio, zinco, riboflavina, vitamine, E, K e acido folico. ● **WWW.AMERICANPISTACHIOS.IT**

Perfetti per l'aperitivo, i pistacchi americani si prestano a insaporire tantissime ricette, dolci e salate. Provateli per dare un tocco creativo ai piatti di pesce.

ROMBO POCHÉ CON CREMA DI PISTACCHI AMERICANI

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

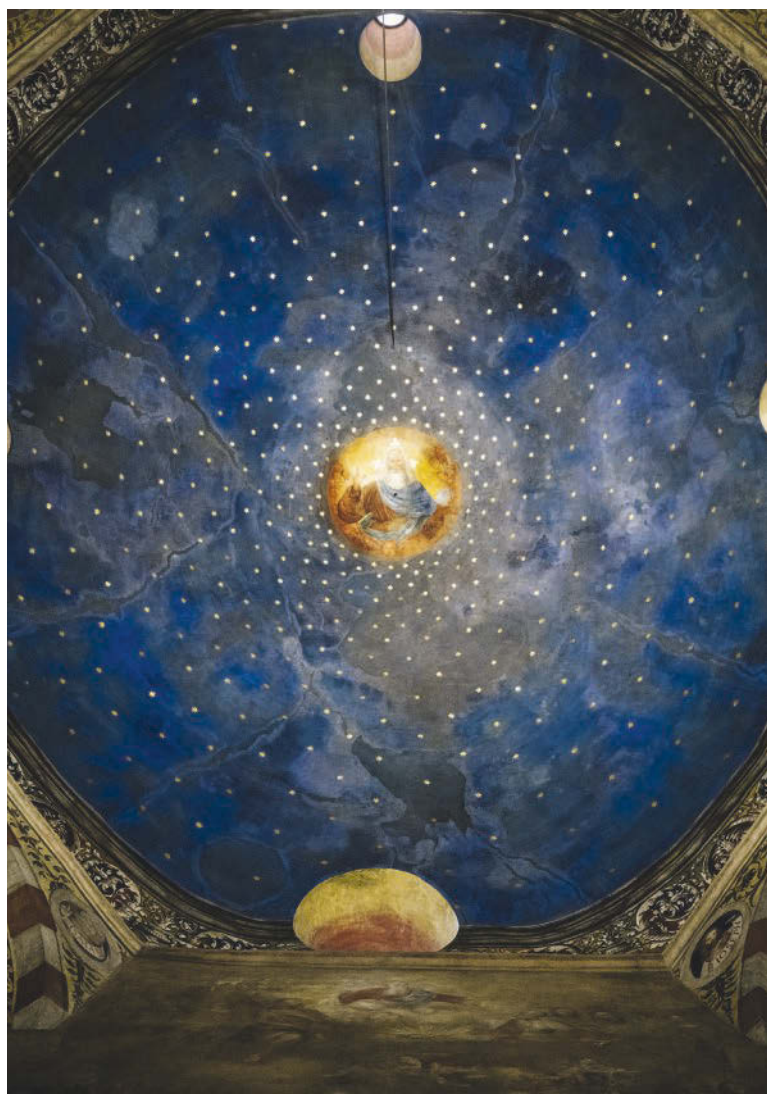
800 g filetti di rombo – 250 g pane di segale
150 g pistacchi americani sgusciati
150 g barbabietola cotta a vapore
100 g tapioca – 50 g tapioca in perle
300 ml olio extravergine di oliva – 200 ml brodo vegetale
3 g amido di mais – 3 mandarini – 1 arancio – 1 limone
alloro – olio di semi di arachidi – sale – pepe

Frullate la barbabietola con un filo di acqua.
Sciacquate la tapioca e cuocetela in abbondante acqua salata, con le scorze dell'arancia e del limone, per circa 10 minuti; scolatela, risciacquatela e tenete da parte le perle di tapioca.
Unite la tapioca alle barbabietole e frullate ancora. Stendete il composto ottenuto su una placca da forno, formando una sfoglia sottile. Lasciate disidratare in forno a 70 °C per una notte. Tagliate la sfoglia nella forma che preferite e friggetela a 150 °C in abbondante olio di semi, per circa 10 secondi; scolate e asciugate su carta assorbente.
Scaldate in una casseruola fino a 60 °C l'olio extravergine di oliva, profumandolo con una foglia di alloro e le scorze di mandarino; immergetevi i filetti di rombo e lasciateli in infusione per 10 minuti, quindi scolateli su carta assorbente.
Tostate i pistacchi in un padella, poi unite 200 ml di acqua e fateli reidratare. Frullateli, regolando la densità con l'aggiunta di acqua.
Spezzettate il pane e sistematelo nel bicchiere di un frullatore a immersione. Portate a bollore il brodo e versatelo sul pane; frullate e setacciate la crema ottenuta. Spremete i mandarini, ottenendo 100 ml di succo, unite l'amido di mais e portate il composto sul fuoco; fate bollire, ottenendo una consistenza gelatinosa.
Servite il rombo con la crema di pistacchi, la salsa di pane, le sfoglie di barbabietola e tapioca e qualche goccia di gelatina di mandarino, completando con le perle di tapioca, qualche pistacchio spezzettato e una macinata di pepe.

BRESCIA CHE NON TI ASPETTI

La nuova Capitale italiana della Cultura cambia passo e diventa palcoscenico delle nuove avanguardie, anche culinarie

DI **SARA PORRO**, FOTO **STEFANO BUTTURINI**

Lumache, spinaci selvatici, aglio nero e perle di tapioca; il piatto, creato da Fabrizio Albini al ristorante Veleno, si ispira al sonno invernale delle chiocciole che chiudono il guscio con una membrana protettiva. Nella pagina accanto, il Tempio Capitolino, vestigia dell'antica Brixia romana.

Sopra, soffitto nel monastero di Santa Giulia. A sinistra, i bignè salati di Sirani. Nella pagina accanto, dall'alto a sinistra, Scamerita (taglio suino tra testa e lombo) e cavolo cappuccio, da Lanzani Bottega & Bistrot, ristorante, enoteca, macelleria, caffè: ex salumeria anni Settanta, offre cucina e prodotti gourmet, piatti di gastronomia e una delle più ampie selezioni di Franciacorta in città; il ristorante Laboratorio Lanzani; dettaglio del Duomo Nuovo; facciata in piazza del Tempio Capitolino; Nerio Beghi e una vista dall'alto del nuovo Sirani; lo chef Fabrizio Albini, una sala di Veleno e i suoi Bottoni con sarde di Montisola, formaggio di capra e pastinaca.

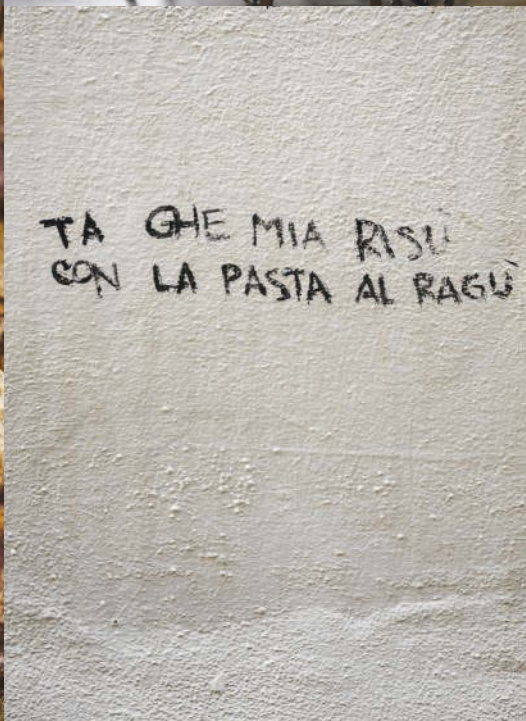
Nel 2023 Brescia divide con Bergamo il titolo di Capitale italiana della Cultura, un riconoscimento congiunto per le due città unite dal tragico destino di epicentro della pandemia nel 2020. Noi però scegliamo di dedicarle un palcoscenico tutto suo, decisamente meritato: la scena gastronomica bresciana con molte nuove aperture interessanti, di stile disparato dove, sorpresa, non manca l'avanguardia pura.

PIZZAIOLO FUMANTINO E GENTILUOMO

Una dozzina di anni fa, Sirani fu l'antesignano di tendenze che si sarebbero poi consolidate. Il locale di Bagnolo Mella, vicino al lago di Garda, fu tra i primi in Italia a proporre le pizze gourmet con ingredienti come caviale e gamberi rossi, una tendenza che sarebbe stata bollata come poco democratica, ma che ha contribuito a conferire dignità di grande piatto alla pizza. Lo chef e proprietario, il talentuoso e fumantino Nerio Beghi, fu allora protagonista di polemiche amplificate dai primi blog gastronomici per le sue prese di posizione molto nette: sempre irritato dalla maleducazione dei clienti, per un periodo nel locale furono vietati – ecumenicamente – sia cani, sia bambini. A dicembre 2022, Sirani ha lasciato la provincia per trasferirsi in città, in un ampio edificio dai soffitti altissimi. Le vetrinette con in bella mostra gli eccezionali prodotti della pasticceria – frittelle di mela, bignè alla crema, cannoli siciliani – formano un quadrilatero all'interno del quale si trova uno dei laboratori di cucina. Questa è la postazione preferita di Beghi: da qui vessa il cliente sgarbato e vizia con assaggi e attenzioni quello cortese. «Tratto ciascuno come un re», dice, lasciando intuire come il suo proverbiale cattivo carattere sia una conseguenza del troppo amore per la sua arte. Come spiega Nicola Falappi di Studio 40, che ha curato il design degli interni, «in questo quadrato Nerio sta come un pugile sul ring, pronto a un combattimento. Ma quando estende il braccio, invece di assestare un gancio, porge un cannoncino alla crema».

RITORNO IN PATRIA

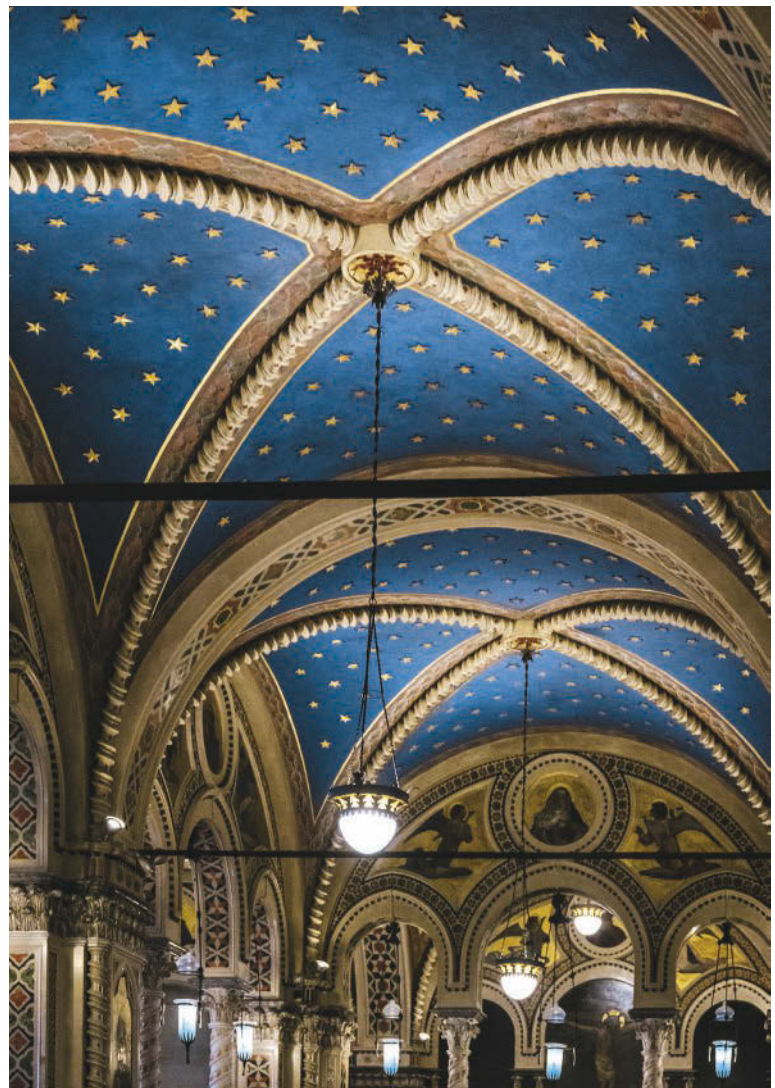
Sempre di Studio 40 è il progetto di Veleno, situato all'interno di un palazzo storico del Settecento di fresca ristrutturazione secondo un accattivante stile massimalista – ai soffitti affrescati e alle porte istoriate si sono aggiunti tappeti animalier, rivestimenti murari in seta color rosso e oro e perfino una coppia di tigri di ceramica. →

TA GHE MIA RISÙ
CON LA PASTA AL RAGÙ

Dopo una falsa partenza nel 2019, Veleno è stato acquisito dal Favalli Group, potenza dell'hospitality gardesana. Da qualche mese in cucina c'è Fabrizio Albini, chef bresciano di origine eppure al debutto in città dopo lungo peregrinare in destinazioni favolose, dall'Hotel Cristallo di Cortina allo yacht di Giorgio Armani. Albini propone un menù in astuto equilibrio tra la vocazione territoriale – pesce di lago, erbe e formaggi di montagna – e la necessità di non scontentare una clientela di viveur che si contende i suoi plateau di mare con scampi e granchi dell'Adriatico.

LE CAPRETTE TI FANNO CIAO!

Antonio D'Angelo aveva bisogno di un po' di tranquillità. Lo chef del celebre Nobu Milano l'ha trovata in questo orto biologico che ha creato a Castel Mella; l'ha chiamato L'Orto di Mimì, come suo padre. Grazie all'aiuto dell'amico Andrea Tessadrelli, tecnologo alimentare, quest'anno raccoglierà il primo wasabi d'Italia. Questa pianta ha bisogno di un microclima perfetto e di acqua corrente a temperatura controllata, perciò i tentativi di coltivarla fuori del nativo Giappone si dimostrano molto complessi. Ogni sera, alla fine del servizio, D'Angelo lascia via Manzoni a Milano e torna a dormire nella sua casa di campagna, «così al mattino prestissimo posso passare a prendere le verdure e a salutare gli animali», tutti da compagnia e nessuno da lavoro: una mucca sottratta al macello, caprette tibetane, alpaca e tre cervi timidi arrivati da poco, «un regalo del capo», cioè il comproprietario del Nobu, Giorgio Armani (ancora lui!).

La città prende, la campagna dona. Per D'Angelo sono le energie, ma a Brescia come altrove storicamente sono i frutti della terra. Il quartiere di Borgo Trento – lo suggerisce il nome – stava sulla strada per i monti ed era luogo di incontro e scambio tra chi saliva e chi scendeva: i primi portando verso nord i prodotti della pianura – farine e granaglie – e i secondi recando a valle i formaggi d'alpeggio. Proprio qui nel 1875 fu emessa la prima licenza per il commercio di cibi e bevande della città di Brescia, all'attività che oggi è la Trattoria Porteri, ormai arrivata alla quinta generazione. «E io spero che mia figlia e i miei nipoti diventino la sesta», dice il cuoco Marco, che la gestisce insieme alla sorella Francesca, in sala. La cucina è quella del territorio con malfatti, minestra sporca (con i fegatini), pesce di lago, baccalà alla bresciana, in umido con polenta. La mentalità antispreco non è un approccio nuovo, ma viene da secoli di gestione oculata: nei casoncelli ripieni di culatello di Zibello finisce l'ultimo pezzetto del salume venduto nella gastronomia. →

A sinistra, una delle sale della Trattoria Porteri. Sotto, il soffitto stellato della Basilica delle Grazie. Nella pagina accanto, da sinistra a destra e dall'alto in basso, cappelletti con crauti e brodo di miso di caffè verde e la sala della Trattoria La Madia; la meridiana di piazza della Loggia; pagnotte per il servizio della sera a La Madia; graffiti su un muro; i fratelli Marco (in cucina) e Francesca (in sala) Porteri dell'omonima trattoria; lo chef Antonio D'Angelo nel suo orto a Castel Mella; cavolo nero pronto per il raccolto; i malfatti al bagòss (formaggio allo zafferano tipico di Bagolino) della Trattoria Porteri.

Babà estivo del Miramonti L'Altro. Il pastry chef Marco Mostarda lo prepara con bagna al rum della Martinica, frutto della passione e mango, chantilly al cocco e lime. Nella pagina accanto, da sinistra a destra e dall'alto in basso, la sala del Miramonti L'Altro; lo chef Philippe Léveillé; il Museo del Risorgimento, appena riaperto; Martina Spera, da nove anni al Miramonti L'Altro; il soffitto della chiesa di San Salvatore, all'interno del chiostro di Santa Giulia; Marta Antonioni, in cucina al Miramonti L'Altro; la sala del ristorante giapponese Oriental Areadocks; Alici nel giardino delle meraviglie, un piatto del Miramonti L'Altro; la Pinacoteca Tosio Martinengo.

INDIRIZZI

Sirani, *selfschemasirani.it* – **Lanzani Bottega & Bistrot**, *gastronomialanzani.it*
Laboratorio Lanzani, *laboratoriolanzani.it* – **Miramonti L'Altro**, *miramontilaltro.it* – **Dina**, *dinaristorante.com*
Veleno, *velenobrescia.it* – **Areadocks**, *areadocks.it* – **Trattoria Porteri**, *trattoriaporteri.it* –
L'Orto di Mimì, *@lorto_di_mimi* – **Trattoria La Madia**, *trattorialamadia.it*

MAI PROVATO A ZAPPARE IL MARE?

Philippe Léveillé è lo chef del Miramonti L'Altro a Concesio, fuori città, eppure senza dubbio il grande ristorante di Brescia. Di origine bretone, Léveillé è figlio di un ostricaio; nella loro casa di Cancale arrivavano gli chef delle grandi città di Francia, instillando nel piccolo Philippe una reverenza per quelle belle casacche bianche «che mi sembravano uniformi da supereroe», scherza. L'ostricaio è un lavoro ancora più faticoso di quello dell'agricoltore, come zappare nell'acqua gelida dell'oceano. Per Léveillé, il ristorante divenne il luogo dove l'ingrediente viene sublimato, dove scompare la fatica e dell'ingrediente resta solo la gioia. A sessant'anni d'età e quarantacinque di lavoro, a guidarlo è solo un principio di piacere: «Gli ospiti devono godere». Con i ragazzi della cucina, il percorso è inverso. Non vuole che maneggino il caviale senza essere stati prima dal suo fornitore Agroittica Lombarda, a pochi chilometri di distanza: «Devono capire cosa significa allevare uno storione per dodici anni prima che le uova arrivino a maturazione».

FERMENTO IN CUCINA

Nei primi anni di apertura di La Madia a Brione, Michele Valotti faceva una cucina semplice e materica, libera da schemi. Quasi una trattoria, non tanto per i piatti del territorio («Non mi piace la standardizzazione, nemmeno quando è applicata alla tradizione, perché la materia prima è sempre mutevole», dice), piuttosto per la ricerca di piatti tipici scomparsi, come lo *strachì parat* camuno con cipolle stufate, salvia e formaggio. Dal 2006 Valotti comincia a studiare le fermentazioni. Prima le lattofermentazioni delle verdure in salamoia, tradizione italiana; poi guarda altrove, alle fermentazioni enzimatiche dell'*aspergillus*, il fungo microscopico che dà ai giapponesi sakè, salsa di soia e miso. Oggi, in un laboratorio dedicato, Valotti realizza shoyu di fagioli antichi; kombucha, garum e verdure fermentate; miso di farro, ceci, riso e persino caffè. Questi ingredienti diventano gli elementi distintivi di piatti al contempo esotici e territoriali, familiari e misteriosi, radunati in menù degustazione che cambiano spesso. A evocare l'antica natura di trattoria sono rimasti i prezzi, estremamente contenuti per il livello gastronomico dell'esperienza: il menù lungo, di dieci portate, costa cinquantacinque euro. «Per me sono già troppi», dice Valotti stringendosi nelle spalle. «Non mi piace far pagare la gente». Anche questa è Brescia. ■

A sinistra, lo chef Alberto Gipponi. Quando aprì il Dina nel 2017 aveva trentacinque anni e aveva già vissuto molte vite. Unendo maturità di pensiero e tecnica non accademica, Gipponi ha creato un ristorante unico: uso spiazzante di amaro e acido, ingredienti volutamente fuori posto per produrre un effetto di straniamento, come nella memorabile Quaglia al miele, crumble di cacao e whisky, proposta come dessert. Un lustro dopo, Gipponi ha perfezionato la tecnica e radicalizzato il suo pensiero, creando uno dei ristoranti più avanguardisti d'Italia (in alto, una sala). Nella pagina accanto, il Loft Restaurant, uno dei concept del gruppo Areadocks.

SEMPLICE

UOVO FONDENTE, FONDUTA E CARDI GOBBI

PERFEZIONE

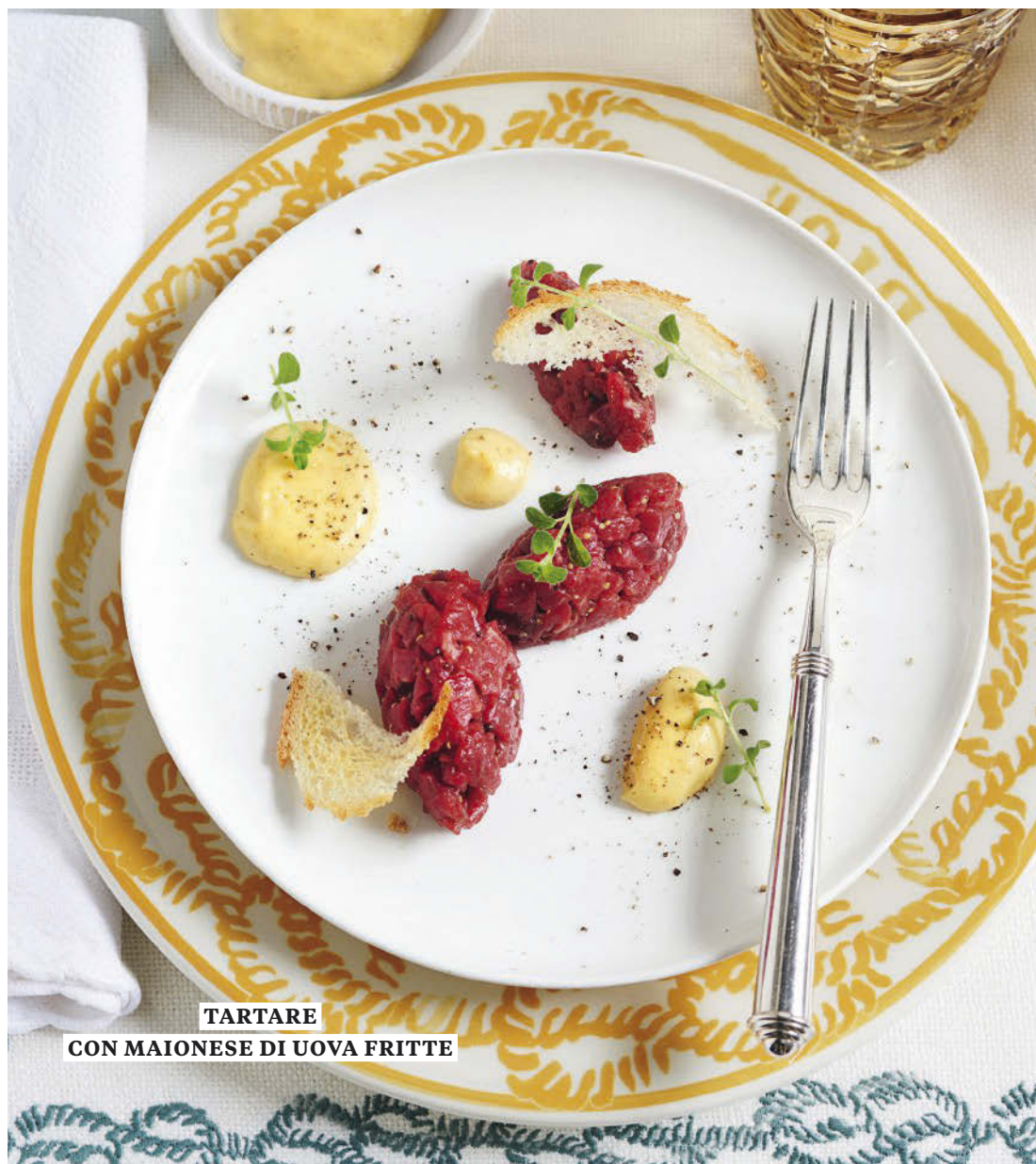
Che cosa c'è di più sofisticato di un impeccabile piatto di pasta in bianco? Alberto Quadrio, chef di Portrait Milano, è venuto nella nostra cucina a reinterpretare i classici di sempre con un tocco di freschezza

RICETTE **ALBERTO QUADRIO**, TESTI **ANGELA ODONE**
FOTO **VALENTINA SOMMARIVA**, STYLING **BEATRICE PRADA**

LA MIA IDEA
DI PASTA IN BIANCO

Piatto piano ottagonale bianco della pasta, bicchieri, posate e piatti ottagonali colorati dell'uovo **Dior Maison**.

FILETTO DI MANZO IN CROSTA

Posate e tovaglietta americana del filetto in crosta e piatto con decoro giallo della tartare **Dior Maison**.

TARTARE
CON MAIONESE DI UOVA FRITTE

UOVO FONDENTE, FONDUTA AL PARMIGIANO REGGIANO 36 MESI, CARDI GOBBI

Impegno Medio
Tempo 40 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- **150 g Parmigiano Reggiano Dop 36 mesi di stagionatura**
- **100 g latte**
- **40 g farina**
- **30 g succo di limone**
- **10 g amido di mais**
- **4 uova**
- **1 mazzo di cardi gobbi**
- **olio extravergine di oliva**
- **aceto di vino bianco**
- **sale – pepe**

Preparate un particolare brodo di cottura che lo chef chiama bianchetto: raccogliete in una casseruola un paio di litri di acqua, unite la farina, il succo di limone, mescolate e portate sul fuoco.
Mondate i cardi gobbi, privateli delle parti filamentose usando un pelapatate, immergeteli nel bianchetto e lessateli per circa 15 minuti, dovranno essere cotti, ma croccanti. Lasciateli raffreddare nel liquido di cottura, poi sgocciolateli e asciugateli con carta da cucina.
Stemperate l'amido di mais in 2 cucchiai di latte freddo.
Portate a bollore il resto del latte, aggiungete l'amido stemperato, mescolate con la frusta per qualche minuto, unite il parmigiano grattugiato e frullate con il frullatore a immersione fino a ottenere una crema liscia.
Portate a un bollore delicatissimo una casseruola di acqua acidulata con un paio di cucchiai di aceto. Create un piccolo vortice nell'acqua e versatevi delicatamente al centro un uovo alla volta. Cuocete fino a quando l'albume non si sarà rappreso aiutandovi con un cucchiaio per raccogliere l'albume intorno al tuorlo. Ripetete le operazioni con le altre uova.
Rosolate i cardi a tocchetti in un filo di olio e sale.
Distribuite i cardi nei piatti, accomodate le uova e completate con la crema di parmigiano. Completate con una macinata di pepe e a piacere con cialde croccanti di parmigiano.

Tovagliette **Dior Maison**.

RISO ALLO ZAFFERANO E MOSCARDINI

LA MIA IDEA DI PASTA IN BIANCO

Impegno Medio
Tempo 50 minuti più 3 ore di riposo
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- **1 kg croste di Parmigiano Reggiano Dop stagionato 36 mesi**
- **360 g fusilloni (noi abbiamo usato i Fusilloni Rigati all'albume N° 19 di Pietro Massi)**

Grattugiate interamente le croste di parmigiano (l'ideale sarebbe usare un robot da cucina potente).
Portate a bollore 2 litri di acqua in una casseruola, togliete dal fuoco, unite le croste grattugiate, mescolate delicatamente con una frusta e lasciate riposare per 1 ora, girando di tanto in tanto.
Filtrate e fate raffreddare il brodo in frigo per almeno 2 ore. Non eliminate la parte che rimane sul fondo: sarà perfetta da disidratare in forno per fare delle cialde croccanti oppure, in tocchetti, da impanare e friggere, per un aperitivo gustosissimo.
Prelevate dal brodo, ormai freddo, la parte grassa in superficie e raccoglietela in una ciotolina. Servirà per mantecare la pasta alla fine.
Filtrate il brodo attraverso un colino foderato di garza, portatelo a bollore e buttatevi la pasta. Riducete la fiamma e lasciate sobbollire per 14 minuti (verificate il tempo di cottura per tenerla al dente).
Mantecate con la parte grassa che avete tenuto da parte.
Distribuite nei piatti e servite subito.
Completate a piacere con cialde di croste di parmigiano sbriciolate.

FILETTO DI MANZO IN CROSTA

Impegno Medio
Tempo 2 ore

INGREDIENTI PER 6-8 PERSONE

- **1,1 kg filetto di manzo**
- **1 kg funghi champignon**
- **250 g prosciutto crudo affettato**
- **100 g panna fresca**
- **100 g 5-6 tuorli**
- **10 foglie giovani di bietole**
- **2 rotoli di pasta sfoglia rettangolare**
- **olio extravergine di oliva**
- **sale**

Mondate gli champignon usando un coltellino così da privarli delle radici e della pellicola che li ricopre.
Tritateli abbastanza finemente usando un robot da cucina oppure il coltello.
Cuoceteli in casseruola con un pizzico di sale fino a quando non saranno scuri e tutta la parte liquida non sarà evaporata.
Massaggiate con il sale il filetto, poi rosolatelo, in una padella velata di olio, girandolo bene su tutti i lati.
Private le bietole del gambo e sbollentatele in acqua salata per 1 minuto; scolatele e immergetele in una ciotola di acqua salata con cubetti di ghiaccio. Sgocciolatele e asciugatele delicatamente con carta da cucina.
Mescolate i tuorli con la panna: questo composto servirà per lucidare la crosta del filetto.
Stendete la pasta sfoglia, distribuitevi sopra le foglie di bietola, poi le fette di prosciutto crudo, quindi il trito di funghi, accomodatevi sopra il filetto rosolato e arrotolate in modo da avvolgerlo perfettamente.
Chiudete bene a mo' di pacchetto e spennellate la superficie con il mix di panna e uova.
Stendete l'altro foglio di pasta sfoglia e ritagliatevi una griglietta con la rotella apposita. Accomodate la griglietta sopra il pacchetto di filetto, spennellate nuovamente, rifilate bene i bordi per eliminare l'eccesso di pasta.
Disponete il filetto in una placchetta foderata di carta da forno.
Infornate a 220 °C per 30-40 minuti.
Sfornate, lasciate riposare per 10 minuti, affettate e servite accompagnando a piacere con verdure.

ALBERTO QUADRIO

Piemontese, è nato a Gattinara (VC) nel 1990. Un percorso illuminato da grandi nomi – Gualtiero Marchesi, Yoshihiro Narisawa, Oriol Castro, Rasmus Kofoed e ancora Pietro Leemann, Andrea Migliaccio, Matteo Torretta, Norbert Niederkofler e Alain Ducasse – lo ha condotto a guidare le cucine del nuovissimo progetto gastronomico 10_11 di Portrait Milano. Con stile spontaneo, grande tecnica e alta precisione ha conquistato il cuore e il palato di tanti milanesi che con lui hanno riscoperto il piacere della pasta in bianco.

TARTARE CON MAIONESE DI UOVA FRITTE

Impegno Facile
Tempo 40 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- **320 g polpa di manzo**
- **70 g olio di semi di girasole**
- **20 g senape in grani**
- **2 uova**
- **pane raffermo**
- **olio extravergine di oliva**
- **sale – pepe**

Battete la carne finemente con il coltello.
Cuocete le uova al tegamino con un filo di olio. Raccoglietele nel bicchiere del frullatore con un pizzico di sale, unite l'olio di girasole a filo mentre frullate fino a ottenere una maionese cremosa.
Tagliate il pane in fette sottili e rosolatelo in padella con poco olio e sale.
Condite la carne con la senape in grani (dosando la quantità secondo il vostro gusto), sale, pepe e olio.
Distribuite la tartare nei piatti in piccole quenelle, completate con la maionese di uova fritte e con fettine di pane tostato. Profumate a piacere con foglioline di erbe aromatiche.

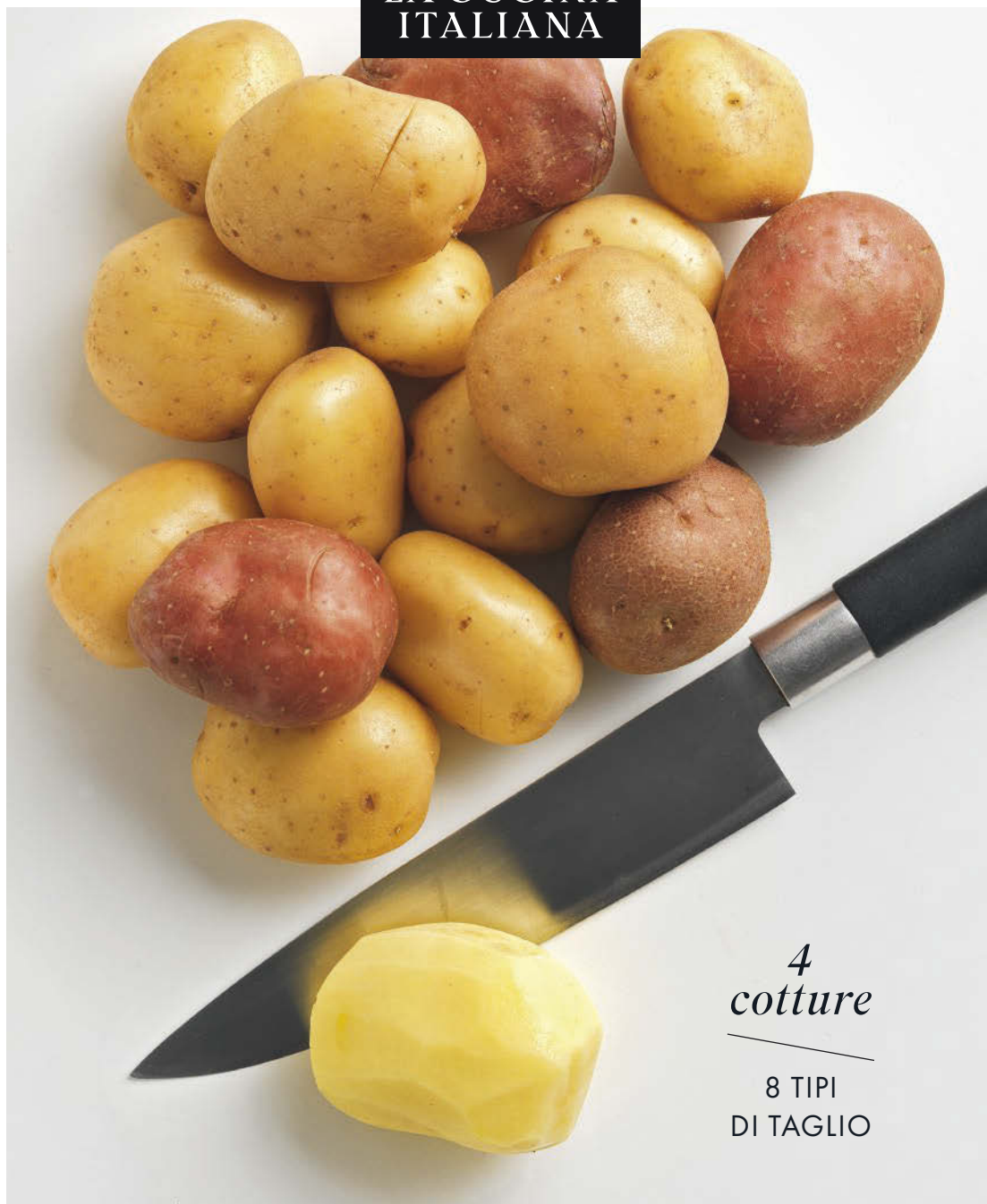
RISO ALLO ZAFFERANO E MOSCARDINI

Impegno Medio
Tempo 1 ora e 10 minuti più 1 ora di raffreddamento

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- **400 g passata di pomodoro**
- **300 g moscardini già puliti**
- **300 g riso Carnaroli**
- **200 g olio di vinaccioli**
- **150 g basilico**
- **130 g Parmigiano Reggiano Dop**
- **100 g burro**
- **60 g olio extravergine di oliva**
- **1 g pistilli di zafferano**
- **aceto di vino bianco**
- **olio di semi di girasole**
- **sale**

Tostate il riso in una casseruola solo con un filo di olio extravergine e un pizzico di sale; quando i chicchi saranno caldi, aggiungete i pistilli di zafferano e iniziate a bagnare con acqua calda salata (4 g per litro); cuocete al dente per 14-15 minuti. Mantecate con il burro, il parmigiano grattugiato e un paio di cucchiai di aceto. Allargate su un vassoio e lasciate raffreddare del tutto.
Saltate in padella i moscardini (divisi in tocchetti se serve) in un filo di olio extravergine. Una volta ben dorati e asciutti, aggiungete la passata di pomodoro e cuocete per una ventina di minuti.
Frullate il basilico con un pizzico di sale unendo a filo l'olio di vinaccioli.
Ritagliate dal riso un disco di 20 cm di diametro, compattatelo bene e rosolatelo in padella in 2-3 cucchiai di olio di semi di girasole in modo che si formi una crosticina croccante da entrambi i lati.
Disponete il riso al salto nel piatto di portata, distribuitevi sopra i moscardini e completate con la salsa al basilico. Servite subito.

LA SCUOLA

LE TECNICHE

TAGLIA E CUOCI

Per le patate, a ogni tipo di preparazione corrispondono misure e forme particolari

RICETTE **JOËLLE NÉDERLANTS**, TESTI **LAURA FORTI**, FOTO **RICCARDO LETTIERI**

PATATE AL FORNO

Tagliate a dadi (anche irregolari) o a spicchi. Per accelerare i tempi, scottatele in acqua bollente prima di infornarle

Cottura Infornatele a **200 °C per 30 minuti** (per 20 minuti se sbianchite per 2 minuti). Aggiungete il rosmarino a metà cottura. Salatele alla fine.

Spicchi

Questo taglio, poco rifinito, **pratico e veloce** per la cucina di casa, prevede di sezionare le patate generalmente in 8 spicchi. Quando si dispone di patate nuove e lisce, si può lasciare la pelle, lavandole molto bene. Se volete accorciare i tempi in forno, scottatele per 1-2 minuti in acqua bollente salata acidulata con 1 cucchiaio di aceto. Scolatele, raccoglietele in una ciotola, ungetele di olio, quindi disponetele in una teglia per la cottura. Potete aromatizzarle con spicchi di aglio schiacciato e rosmarino.

Dadi

La cucina classica prevede di tagliare le patate in modo regolare per garantire una maggiore precisione e uniformità di cottura. Per questo **tagli e misure sono codificati**. Esistono dadi di diverse dimensioni, in ordine decrescente: *pommes Maxime* (2 cm), *pommes Parmentier* (1,2 cm circa).

Per ricavare i dadi le patate si pelano e si tagliano a fette spesse quanto il lato del dado. Si procede con tagli a bastoncini, poi a dadi. Anche i dadi si possono sbianchire in acqua bollente salata e acidulata con 1 cucchiaio di aceto. Si scolano, si ungono con olio extravergine e si distribuiscono in teglia.

Cottura Disponete i dadi nella teglia, senza sovrapporli. Infornateli direttamente a **200 °C per 30-35 minuti**. Salate alla fine.

PATATE FRITTE

In fette sottili o in bastoncini, con frittura diretta o doppia. Sempre immerse in acqua e poi asciugate prima di tuffarle nell'olio

Fette

Forme e misure Le *chips*, quelle che si trovano anche confezionate in sacchetti, sono fette tonde e sottilissime (meno di 1 mm): si tagliano con la mandolina e si mettono a bagno in acqua fredda, in modo che rilascino l'amido. Bene asciugate, si friggono in un unico passaggio nell'olio bollente. Le *pommes soufflées* sono fette più spesse (2-3 mm), di forma ovale e si friggono in due tempi: prima a 150-160 °C, senza colorirle, poi di nuovo a 180-200 °C, in modo che si coloriscano e si gonfino. La mandolina, poi, consente anche il taglio a griglia (*pommes gaufrettes*, da trattare come le *chips*).

Frittura diretta Immergete le chips, poche alla volta, in abbondante olio di arachide a **180 °C per 3 minuti**, mescolando. Scolatele su carta da cucina e salate.

Frittura doppia Friggete in abbondante olio di arachide a **150 °C per 6-8 minuti**, scolate. Friggete di nuovo a **200 °C per 1 minuto**. Scolate su carta da cucina e salate alla fine.

Bastoncini

Sono tra i tagli che hanno più variazioni di lunghezza e spessore. Ecco le misure: circa 5 cm x 1,5 cm per le patate fritte **per eccellenza**, le *frites*; 5 mm x 3 mm per le *pommes allumettes* (a fiammifero); 6-7 cm x 1,5 cm per le più grandi, le *pommes pont-neuf*; 5 cm x 1 mm per le più piccole, le *pommes paille* (paglia). I bastoncini più grandi (fino a 1 cm di lato) si cuociono in due cotture (prima a 160 °C, poi a 180-200 °C), i più sottili in una sola frittura a 200 °C.

PATATE IN PADELLA

Spicchi torniti o palline. Da sbollentare prima della rosolatura per ottenere cottura uniforme, superficie dorata, consistenza croccante

Palline

Pelate le patate e **con uno scavino** ricavate palline di diverse dimensioni: la cucina francese, per esempio, prevede le *pommes noisette* (grandi come nocciole) o le *parisienne*, un po' più grandi. È consigliabile utilizzare questo taglio con patate grandi, in modo da ridurre al minimo lo scarto; i ritagli si possono tagliare a pezzetti e usare per una minestra o per un purè. Le palline vanno sbollentate in acqua bollente salata e acidulata con 1 cucchiaio di aceto, per 2 minuti, prima di saltarle in padella con olio caldo.

Cottura
Saltate le palline sbollentate in padella con qualche cucchiaio di olio, anche di oliva, a **180 °C per 5-6 minuti.**

Con burro chiarificato
Rosolate gli spicchi sbollentati con burro spumeggiante **per 4-6 minuti**.

Spicchi torniti

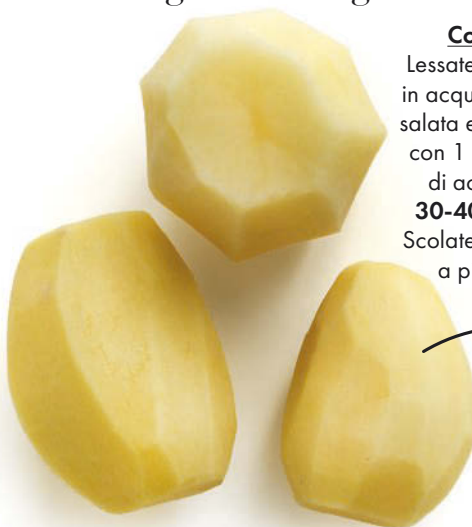
Formato da professionisti, questi spicchi rifilati si ottengono così: tornite le patate a «botticella», tagliatele quindi a spicchi e smussate gli spigoli, dando loro una forma omogenea. In francese si chiamano *pommes mascotte* (anche in questo caso, tutti gli scarti si possono recuperare). Dopo una sbollentatura di 3 minuti, sono perfetti da rosolare in padella con 1 cucchiaio di burro chiarificato, che li renderà croccanti e dorati. Si possono cuocere anche in forno.

PATATE BOLLITE

Spesso intere e con la buccia. Oppure con taglio a botticella, tipico della cucina classica dei grandi alberghi

A botticella

Diverse grandezze Questa tornitura, che si applica in diverse misure (in ordine di grandezza: *pommes fondantes*, *nature*, *chateâux*, *cocotte*), ha uno scopo estetico e, nello stesso tempo, funzionale a una cottura omogenea. Per realizzarla serve un coltellino a lama ricurva, chiamato spelucchino. Si procede così: eliminate prima le due calotte, poi pelate le patate, arrotondando la forma nello stesso movimento, e correggendola, se serve, in un secondo tempo. N.B. Lavate bene le patate prima di procedere: gli scarti si potranno friggere anche con la buccia.

Cottura
Lessate le patate in acqua bollente salata e acidulata con 1 cucchiaio di aceto per **30-40 minuti.** Scolate e condite a piacere.

Tagli creativi

Oltre a quelli codificati nella cucina classica, esistono tanti altri modi di tagliare le patate: a **fisarmonica**, a **trucioli**, a **spirale**. Questo qui a destra, che spopola sui social, si realizza semplicemente con un coltello e due bastoncini (vanno bene anche le bacchette cinesi; noi abbiamo utilizzato i legnetti per stendere la frolla): tagliate la patata in rettangoli poco più spessi delle bacchette. Sistemate queste ultime ai lati lunghi del rettangolo e tagliate la patata con tagli paralleli: le bacchette impediranno alla lama di affondare e staccare le fette. Voltate il rettangolo dall'altro lato e ripetete l'operazione, facendo però tagli in obliquo. Cuocete al forno oppure friggete.

Cotture In forno a **200 °C per 20 minuti**, dopo averle unte di olio. Fritte: in due cotture, come i bastoncini.

SIATE DELICATI. SARETE RIPAGATI DALLA PIÙ SINCERA BONTÀ

Due elettrodomestici in uso combinato, il cassetto del sottovuoto e l'abbattitore per le cotture lente, ci hanno restituito colori vivi, profumi di mare freschi e qualità nutritive intatte

Piatto monocromo in basso **Tescoma**, piattini da pane con decori rosso e blu e tovagliolo **Bitossi Home**.

RICETTA **GIUSEPPE RUSSO**, TESTI **ANGELA ODONE**, FOTO **GUIDO BARBAGELATA**, STYLING **BEATRICE PRADA**

Cominciate tagliando tutte le verdure in tocchi abbastanza uniformi.

Raccogliete tutto in una ciotola e condite con la passata, i capperi e le olive.

Mettete vasetti o sacchetto nel cassetto del sottovuoto e avviate l'apparecchio.

«Caponata» con rana pescatrice

IMPEGNO FACILE
TEMPO 1 ORA E 10 MINUTI
SENZA GLUTINE
PER 6-8 PERSONE

**500 g polpa di rana pescatrice – 150 g passata di pomodoro
2 zucchine gialle
2 zucchine verdi
1 gambo di sedano
capperi dissalati
olive snocciolate
mandorle senza pelle
olio extravergine di oliva
sale – pepe**

Tagliate a cubetti uniformi tutte le verdure. Fate lo stesso con la polpa di rana pescatrice. Raccogliete le verdure in una ciotola, tritate 2 cucchiai di mandorle, altrettanti di capperi e 20 g di olive e unite tutto alle verdure. Aggiungete il pesce e condite con olio, sale e pepe. Insaporite con la passata di pomodoro e mescolate con delicatezza. Distribuite questa preparazione in 8 vasetti di vetro adatti alla cottura e richiudibili ermeticamente, oppure in una busta da sottovuoto per cottura che andrà sigillata. Inserite i vasetti e la busta nel cassetto sottovuoto V-ZUG e azionate l'apparecchio. Trasferite tutto nell'abbattitore di temperatura da incasso W45SEN e cuocete con la funzione «cottura lenta» a 74 °C per 45 minuti. Recuperate i vasetti e la busta: saranno pronti per essere portati direttamente in tavola. Potete aumentare le dosi e poi mettere nell'abbattitore le porzioni in più: le congelerà senza formare macro cristalli, manterranno tutte le proprietà e saranno pronte al bisogno.

CASSETTO SOTTOVUOTO E ABBATTITORE V-ZUG

Due elettrodomestici che lavorano in modo eccellente da soli, funzionano ancora meglio se abbinati. Il cassetto sottovuoto V6000 14N aspira l'aria fino al 99,9%, e può creare il vuoto anche con alimenti liquidi come zuppe e salse. L'abbattitore da incasso W45SEN di Frigo2000 ha infinite possibilità di utilizzo perché la sua temperatura è regolabile, al grado, da -47 °C a +85 °C: dalla surgelazione alla lievitazione, dal temperaggio del cioccolato, alla cottura a bassa temperatura.

DUE REGINE A PRANZO

Una ricetta molto famosa ed Elena Tee, influencer, esperta di buone maniere. Rotto il ghiaccio sulla crema di pecorino, l'incontro si è risolto nel più appetitoso dei modi

Tovagliolo **Once Milano**, fondo di carta da parati della ricetta e del ritratto **Jannelli&Volpi**.

TESTI **ANGELA ODONE**, FOTO **GUIDO BARBAGELATA**, STYLING **BEATRICE PRADA**

Elena Tarantola
Conosciuta come Elena Tee, è una YouTuber e influencer italiana con un appassionato seguito. Come si versa l'acqua? Dove si appoggia il cucchiaino dopo aver bevuto il caffè? Esperta di eleganza femminile e bon ton, regala i consigli per non incorrere in errori che capita spesso di fare e di vedere. Madre di due ragazze, moglie e imprenditrice, nel 2021 ha pubblicato il suo primo libro *Consigli da amica*, edizioni EPC.

Spaghetti cacio e pepe

IMPEGNO MEDIO
TEMPO 25 MINUTI
VEGETARIANA
PER 4 PERSONE

350 g spaghetti
80 g Pecorino Romano Dop da grattugiare
sale
pepe in grani

Grattugiate abbastanza finemente il Pecorino Romano Dop solo al momento di preparare la ricetta; raccoglietelo in una ciotola di grandi dimensioni (1).
Sceglìete un pepe nero in grani di ottima qualità, molto aromatico. Macinatelo oppure pestatelo finemente nel mortaio e unitelo al pecorino nella ciotola (2-3) e mescolate bene.
Lessate gli spaghetti in abbondante acqua moderatamente salata (4).
Preparate la crema per condire: unite 1 o 2 mestolini di acqua di cottura al misto di pecorino e pepe, mescolando con una frusta in modo che non si formino grumi (5-6). Scolate poco gli spaghetti, in modo che trattengano un po' dell'acqua di cottura, e versateli direttamente nella ciotola con la crema di pecorino. Mescolate energicamente e con rapidità e servite subito completando a piacere con una macinata di pepe.

TRE CONSIGLI UTILISSIMI
Sale Riducete la quantità da unire nell'acqua della pasta (rispetto alla dose solita) altrimenti il piatto risulterà troppo sapido.
Crema Unite l'acqua di cottura in piccole dosi e in più riprese così non si formeranno i grumi.
Piatti Devono essere caldi, così la crema non si rapprenderà.

IL MEGLIO AL MERCATO

Ecco cosa scegliere ora, al massimo del gusto e delle proprietà. Fotografate la lista e portatela con voi quando fate la spesa: guadagnerete in bontà e in convenienza

NEL MAR MEDITERRANEO

IL PAESE DELLE RARITÀ

AGLIO DI VESSALICO
Delicato, appena piccante, è coltivato manualmente da pochi agricoltori, in Alta Valle Arroscia, in Liguria. Le teste, essiccate, sono confezionate in lunghe trecce dette «reste». Schiacciato, è la base della tradizionale *ajè*, una maionese con olio extravergine di oliva.

MANDARINO TARDIVO DI CIACULLI
Maturo tra gennaio e marzo, è un gioiello del Palermitano molto dolce e succoso, con pochi semi e una buccia sottilissima, ottimo anche spremuto. In Sicilia si usa per preparare gelatine e marmellate, liquori, granite e gelati.

RAVIGGIOLO
È uno storico formaggio vaccino fresco a latte crudo dell'Appennino Tosco-Romagnolo. Riconoscibile per l'impronta di felce in superficie, ha aromi di latte e una consistenza quasi burrosa. Artusi lo menziona tra gli ingredienti dei cappelletti romagnoli. Va consumato entro 3-4 giorni dalla produzione.

PEZZENTE DELLA MONTAGNA MATERANA
Questo insaccato lucano denuncia già nel nome la sua origine: si prepara con gli scarti della lavorazione del suino (gola, nervetti, stomaco, grasso...), miscelati con peperone, finocchio selvatico e aglio. È ottimo sia stagionato sia fresco, cotto in coccio o per condire pasta e cicorie.

TESTI **SARA BARILLA**, FOTO **AG. GETTY IMAGES, ARCH. LCI, G. FASSINO, A. TRIVIGNO/ARCH. SLOW FOOD**

IN DISPENSA

1. La farina di riso di **Alce Nero** è preparata solo con riso biologico, coltivato in Italia e macinato a pietra. È ideale per preparare impasti friabili e pastelle e non contiene glutine.

2. Lo sapevate che il **Pecorino Romano Dop** si può produrre, oltre che in tutto il Lazio, anche in tutta la Sardegna e nella provincia di Grosseto? È quanto stabilisce l'articolo 1 del disciplinare di questo formaggio antichissimo tutelato dal Consorzio.

3. Montata con poco zucchero completa i dolci in modo goloso e scenografico, ma la **Panna Chef**, in confezioni richiudibili, è ottima anche in cucina, per arricchire piatti salati.

4. Il pepe è sempre migliore se è appena macinato: la confezione di **Cannamela** offre un pepe nero in grani, selezionato dalle migliori coltivazioni, con macina inclusa nel tappo.

5. Servono 500 ore di lavoro per raccogliere 150mila fiori e produrre un solo chilo di zafferano: ecco perché **Tre Cuochi** preserva in confezioni accurate un prodotto puro così prezioso, fin dal 1935.

6. Dalla lavorazione della canna da zucchero, **Eridania** ottiene Tropical, il suo zucchero di canna grezzo, disponibile in vari formati, tra cui anche zollette e bustine: prodotto con modalità di ecosostenibilità a lungo termine.

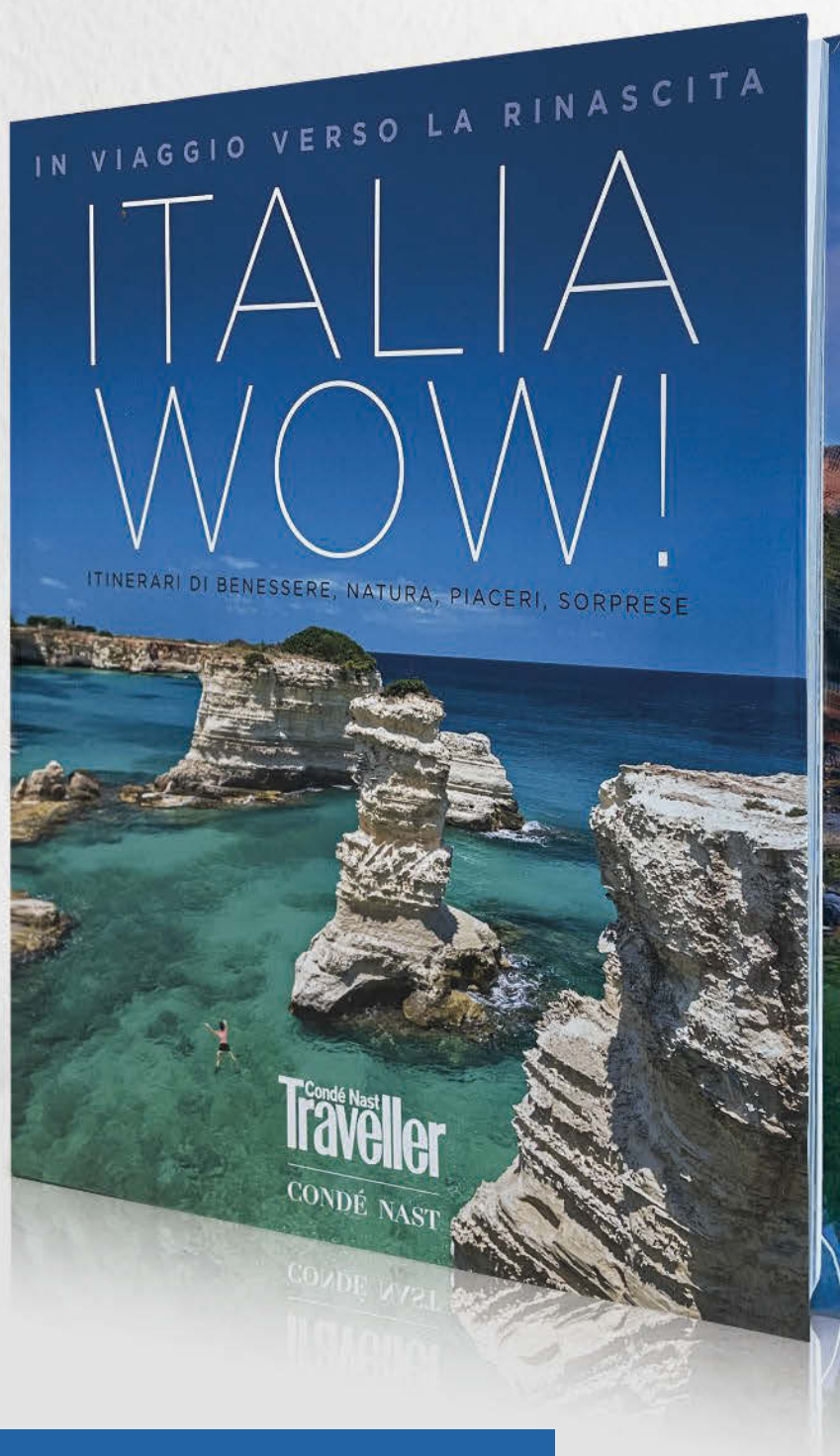
7. La gelatina in fogli di **S.Martino** è il modo più classico, e naturale, per ottenere gelatine, per addensare creme, rendere lucide le crostate, preparare bavaresi e aspic perfetti. In confezioni da 6 fogli, pronti all'utilizzo, solo da reidratare.

8. È uno degli ingredienti «magici» della dispensa: l'amido può addensare creme dolci e fondi di cottura, ma anche rendere più friabile un impasto, o più croccante una impanatura. Quello di **Baule Volante** è biologico e senza glutine.

9. Ecco i «numeri» del **Parmigiano Reggiano Dop**: oltre alla sua ragguardevole età (circa nove secoli), le forme hanno un diametro di 35-45 cm, altezza di 20-26 cm, un peso minimo di 30 kg e uno medio di 40-42 kg; lo spessore della crosta è di circa 6 mm: ci interessa per il suo uso in cucina, come nel piatto del nostro Ricettario «Come una trippa».

10. La farina Gran Mugnaio di **Molino Spadoni** è adatta a tutte le preparazioni in cucina e in pasticceria, anche se ottiene i risultati migliori se utilizzata per la pasta fresca.

11. Assortimento garantito al banco frutta e verdura di **Iper La grande i**, con prodotti di qualità e di stagione e frutti esotici importati con rigorosi controlli sulla provenienza.

A CURA DI **LAURA FORTI**

I NOSTRI PARTNER

Ringraziamo le aziende che hanno collaborato alla realizzazione dei nostri servizi

Alce Nero alcenero.com
Amedei amedei.it
Amodino Milano amodinomilano.com
Baule Volante baulevolante.it
Berlucchi berlucchi.it
Bertani bertani.net
Bitossi Home bitossihome.it
Cannamela cannamela.it
Cleca cleca.com
Conapi conapi.it
Consorzio del Formaggio Parmigiano Reggiano Dop parmigianoreggiano.com
Consorzio del Prosciutto di San Daniele prosciuttosandaniele.it
Consorzio del Prosciutto Toscano Dop prosciuttotoscano.com
Consorzio per la tutela del Pecorino Romano pecorinoromano.com
Consorzio Tutela Vini Valpolicella consorziovalpolicella.it
Dior dior.com
Eridania eridania.it
Frescobaldi frescobaldi.com
Frigo2000 frigo2000.it
Galleria Radisa robertoradisa.com
Iper La grande i iper.it
Jannelli & Volpi jannellievolpi.it
KnIndustrie knindustrie.it
Le Coq Porcelaine distr. da ilsa-italy.it
Le Creuset lecreuset.it
Les-Ottomans les-ottomans.com
Marie ceramiche marieceramiche.com
Milton & King miltonandking.com
Molino Spadoni molinospadoni.it
Once Milano oncemilano.com
Parmalat parmalat.it
Sambonet sambonet.com
Savini Tartufi savinitartufi.it
Seletti seletti.it
Terre Di Pisa terredipisa.it
Tescoma tescomaonline.com
V-Zug vzug.com
Villa Sandi villasandi.it
Waiting for the bus wftb.it
Zafferano zafferanoitalia.com
Zafferano 3 cuochi bonettispa.it
Zenato zenato.it

Servizio Abbonamenti Per informazioni, reclami o per qualsiasi necessità, si prega di **telefonare al n.02 86 80 80 80**, oppure scrivere una e-mail a **abbonati@condenast.it**.

Subscription Rates Abroad For subscriptions orders from foreign countries, please visit **abbonatiqui.it/subscription**. For further information please contact our Subscription Service: phone +39 02 86 80 80 80 - e-mail: abbonati@condenast.it. Prices are in Euro and are referred to 1 year subscription.

MAGAZINE	ISSUES PER YEAR	EUROPE AND MEDIT. COUNTRIES (ORDINARY MAIL)	AFRICA/AMERICA ASIA/AUSTRALIA (AIR MAIL)
AD	10	€ 80,00	€ 135,00
GQ	10	€ 57,00	€ 90,00
TRAVELLER	4	€ 28,00	€ 39,00
VOGUE ITALIA	12	€ 96,00	€ 173,00
VANITY FAIR	41	€ 139,00	€ 199,00
LA CUCINA ITALIANA	12	€ 97,00	€ 143,00

International distribution: A.I.E. – Agenzia Italiana di Esportazione Srl – Via Manzoni, 12 – 20089 ROZZANO (MI) Italy – Tel. +39 02 5753911 – Fax. +39 02 57512606 – e-mail: info@aie-mag.com

CONDÉ NAST

PUBLISHED BY CONDÉ NAST

Chief Executive Officer **Roger Lynch**
Chairman of the Board **Jonathan Newhouse**
Global Chief Revenue Officer & President, U.S. Revenue & APAC **Pamela Drucker Mann**
Chief Content Officer **Anna Wintour**
President, Condé Nast Entertainment **Agnes Chu**
Chief Financial Officer **Jackie Marks**
Chief Marketing Officer **Deirdre Findlay**
Chief People Officer **Stan Duncan**
Chief Communications Officer **Danielle Carrig**
Chief of Staff **Elizabeth Minshaw**
Chief Product & Technology Officer **Sanjay Bhakta**
Chief Content Operations Officer **Christiane Mack**

WORLDWIDE EDITIONS
France: AD, AD Collector, GQ, Vanity Fair, Vogue, Vogue Collections
Germany: AD, Glamour, GQ, Vogue
India: AD, Condé Nast Traveller, GQ, Vogue
Italy: AD, Condé Nast Traveller, GQ, La Cucina Italiana, Vanity Fair, Vogue, Wired
Japan: GQ, Rumor Me, Vogue, Vogue Girl, Vogue Wedding, Wired
Mexico and Latin America: AD Mexico and Latin America, Condé Nast College Américas, Glamour Mexico and Latin America, GQ Mexico and Latin America, Vogue Mexico and Latin America
Spain: AD, Condé Nast College Spain, Condé Nast Traveler, Glamour, GQ, Vanity Fair, Vogue, Vogue Niños, Vogue Novias
Taiwan: GQ, Vogue
United Kingdom:
London: HQ, Condé Nast College of Fashion and Design, Vogue Business; Britain: Condé Nast Johansens, Condé Nast Traveller, Glamour, GQ, GQ Style, House & Garden, Tatler, The World of Interiors, Vanity Fair, Vogue, Wired
United States: Allure, Architectural Digest, Ars Technica, basically, Bon Appétit, Clever, Condé Nast Traveler, epicurious, Glamour, GQ, GQ Style, healthyish, HIVE, La Cucina Italiana, LOVE, Pitchfork, Self, Teen Vogue, them., The New Yorker, The Scene, Vanity Fair, Vogue, Wired

PUBLISHED UNDER JOINT VENTURE
Brazil: Casa Vogue, Glamour, GQ, Vogue

PUBLISHED UNDER LICENSE OR COPYRIGHT COOPERATION
Australia: GQ, Vogue, Vogue Living
Bulgaria: Glamour
China: AD, Condé Nast Traveler, GQ, GQ Lab, GQ Style, Vogue, Vogue+, Vogue Café Beijing, Vogue Café Shanghai, Vogue Film, Vogue Business in China
Czech Republic and Slovakia: Vogue
Greece: Vogue
Hong Kong: Vogue, Vogue Man
Hungary: Glamour
Korea: Allure, GQ, Vogue, Wired
Malaysia: Vogue Lounge Kuala Lumpur
Middle East: AD, Condé Nast Traveller, GQ, Vogue, Vogue Café Riyadh, Wired
Philippines: Vogue
Poland: Glamour, Vogue
Portugal: GQ, Vogue, Vogue Café Porto
Romania: Glamour
Scandinavia: Vogue
Serbia: La Cucina Italiana
Singapore: Vogue
South Africa: Glamour, GQ, GQ Style, House & Garden
Thailand: GQ, Vogue
The Netherlands: Vogue, Vogue Living
Turkey: GQ, Vogue, Vogue Restaurant Istanbul
Ukraine: Vogue, Vogue Man

Condé Nast is a global media company producing premium content with a footprint of more than 1 billion consumers in 32 markets.
condenast.com

LA CUCINA ITALIANA Direttore Responsabile: Maddalena Fossati Dondero. Copyright © 2023 per le Edizioni Condé Nast S.p.A. Registrazione del Tribunale di Milano n. 2380 del 15.6.1951. La Edizioni Condé Nast S.p.A. è iscritta nel Registro degli Operatori di Comunicazione con il numero 6571. Tutti i diritti riservati. Poste Italiane S.P.A. - Spedizione in abbonamento postale - Aut. MBPA/LO-NO/062/A.P./2018 - ART. 1 COMMA 1 - LO/MI. Distribuzione per l'Italia: SO.DI.P. «Angelo Patuzzi» S.p.A. via Bettola 18, 20092 Cinisello Balsamo (Mi), tel. 02.660301, fax 02.66030320. Distribuzione Estero Sole Agent for Distribution Abroad A.I.E. - Agenzia Italiana di Esportazione SpA, via Manzoni 12, 20089 Rozzano (Milano), tel. 025753911. fax 02 57512606. www.aie-mag.com. Stampa: Rotolito S.p.a., Stabilimento di Cernusco sul Naviglio - Printed in Italy. Numeri arretrati: Il prezzo di ogni arretrato è di € 12,00 comprensivo di spese di spedizione. Per avere informazioni sulla disponibilità degli arretrati de La Cucina Italiana telefona al 039/5983886, dalle 9.00 alle 12.30 e dalle 14.00 alle 18.00 dal lunedì al venerdì, oppure consulta il sito: https://lacucinaitaliana.sfogliare.it/

Questo periodico è iscritto alla Federazione Italiana Editori Giornali

Accertamenti Diffusione Stampa Certificato n. 8958 del 06-04-2022

INDICE DI CUCINA

★ Facile ★★ Medio ★★★ Per esperti V Vegetariana V Senza glutine
● Piatti che si possono realizzare in anticipo, interamente o solo in parte (come suggerito nelle ricette)
(+1h) In rosso, il tempo, non operoso, necessario per lievitazione, marinatura, raffreddamento

ANTIPASTI — TEMPO PAG.

CARPACCIO DI SPIGOLA E MAIONESE DI MARE ★★ V — 1h30′ 56
CIME DI RAPA IN TEMPURA ★★ V — 35′ 56
COME UNA TRIPPA ★ V V — 1h 56
FOCACCIA AL CRESCIONE CON CIPOLLA, PISELLI E ALICI FRITTE ★★ — 1h20′ (+6h30′) 98
FROLLINI DI PECORINO ★★ — 50′ (+2h) 57
PANNA COTTA DI FINOCCHI E MASCARPONE ★ — 45′ (+3h20) 102
PROSCIUTTO DI SAN DANIELE, FOCACCIA, ALBICOCCHE E BURRATA ★★ — 45′ (+8h) 48

PRIMI PIATTI & PIATTI UNICI

CARBONARA CON CARCIOFI E PANCETTA AFFUMICATA ★ — 50′ 102
FREGULA IN VERDE ★ V — 30′ 63
GNOCCHI DI CAVOLFIORE E CREMA DI CAVOLFIORE ALLO ZAFFERANO ★★ V — 1h (+20′) 63
I RAVIOLI ★★ — 1h20′ (+2h) 38
LA MIA IDEA DI PASTA IN BIANCO ★★ V — 50′ (+3h) 118
POLENTA, COTECHINO E CRAUTI CON LA PIVARADA ★ — 3h10′ 30
RISO ALLO ZAFFERANO E MOSCARDINI ★★ — 1h10′ (+1h) 119
RISOTTO AL POMODORO, LAMPONE, ORTICA, PESTO DI FOGLIE DI SEDANO ★ V — 50′ 101
RISOTTO CON I BROCCOLI ★★ V — 1h15′ 62
SPAGHETTI AL MIELE ★ V — 35′ 48
SPAGHETTI CACIO E PEPE ★★ V — 25′ 129
SPAGHETTO ALLE VONGOLE ★ — 1h20′ (+30h) 62

PESCI

«CAPONATA» CON RANA PESCATRICE ★ V — 1h10′ 127
FILETTI DI SOGLIOLA AL BURRO CON AGRETTI ★★★ — 1h15′ 67
GALLETTE DI BACCALÀ E PATATE VIOLA ★★ V — 1h30′ 67
MISTO DI CONCHIGLIE E ORTAGGI NOVELLI CON CREMA AL CURRY ★ — 40′ (+2h) 102
TARTARE E BISQUE DI GAMBERI ROSSI E AGRUMI ★★ — 1h30′ 68

VERDURE

CARCIOFI STUFATI CON HUMMUS DI CANNELLINI E CARCIOFI ★ V V — 1h15′ 72
MILLEFOGLIE DI PATATE E SCAMORZA ★★ V — 1h30′ 72
TERRINA DI PORRO 100% ★★ V V ● — 50′ (+12h) 71

CARNI E UOVA

FILETTO DI MANZO IN CROSTA ★★ — 2h 118
LE POLPETTINE AL LIMONE ★ — 1h′ 38
PADELLATA DI VERDURE SPEZIATE E UOVA ★ V — 40′ 75
PANCIA DI MAIALINO IN DOPPIA COTTURA CON PURÈ ALLA SENAPE ★ — 2h30′ 75
SOVRACOSCE DI POLLO E FEGATINI AL MARSALA ★★ — 1h10′ (+3h) 77
TARTARE CON MAIONESE DI UOVA FRITTE ★ — 40′ 119
UOVO FONDENTE, FONDUTA AL PARMIGIANO REGGIANO 36 MESI, CARDI GOBBI ★★ V — 40′ 117

DOLCI E BEVANDE

BANANA CARAMELLATA E MOUSSE DI RICOTTA AL PISTACCHIO ★ V V — 30′ 35
«CANNOLO» DI PANCARRÈ CARAMELLATO RIPIENO DI RICOTTA DOLCE ALLA PAPRICA ★ V — 30′ 35
CAPRESE BIANCA AL LIMONCELLO ★★ V ● — 1h20′ 26
CAPRESE TRADIZIONALE ★ V ● — 1h (+1h) 26
CHEESECAKE AL FORNO CON MOUSSE DI CIOCCOLATO ★ V ● — 1h30′ 26

LE MISURE A PORTATA DI MANO

Per facilitare e rendere più svelto il lavoro in cucina, invece di usare la bilancia, dosate ingredienti liquidi e in polvere con tazze e cucchiai

BICCHIERINO DA LIQUORE COLMO
60 g di acqua, vino, brodo. 65 g di latte. 55 g di olio. 50 g di zucchero semolato.

TAZZINA DA CAFFÈ COLMA
80 g di acqua, vino, brodo. 70 g di olio. 70 g di zucchero semolato. 50 g di farina. 40 g di grana grattugiato.

CUCCHIAINO DA TÈ RASO
4 g di acqua, vino, brodo. 3 g di olio. 5 g di sale grosso. 4 g di sale fino. 3 g di zucchero semolato. 2 g di farina. 2 g di grana grattugiato.

BICCHIERE DA ACQUA COLMO
200 g di acqua, vino, brodo. 220 g di latte. 170 g di zucchero semolato. 130 g di farina. 160 g di riso.

TAZZA DA TÈ COLMA
240 g di acqua, vino, brodo. 250 g di latte. 200 g di zucchero semolato. 150 g di farina. 200 g di riso.

CUCCHIAIO DA MINESTRA RASO
12 g di acqua, vino, brodo, latte. 10 g di olio. 15 g di sale grosso. 15 g di sale fino. 10 g di zucchero semolato. 10 g di farina. 5 g di grana grattugiato.

MESTOLO RASO
120 g di acqua, vino, brodo. 125 g di latte.

PIZZICO
5 g di sale grosso. 4 g di sale fino. 3 g di zucchero semolato.

PUGNETTO
30 g di riso. 30 g di zucchero semolato. 25 g di farina.

CRÈME BRÛLÉE ALLO ZAFFERANO ★ V ● — 30′ (+2h) 48
CROSTATA CON GANACHE FONDENTE ALL'ARANCIA ★★ V ● — 1h20′ (+2h40′) 26
GELATINI CROCCANTI DI BANANA, PANNA E RICOTTA ★ V V ● — 15′ (+12h20′) 35
LA SQUISITA ★ V — 20′ 3
MANGIAEBEVI DI BANANA E RICOTTA AL PISTACCHIO ★ V V — 10′ 35
MELA 100% ★★ ● — 1h (+3h) 80
SORBETTO DI AMARONE ★ V — 15′ (+1h) 48
PANCAKE E GANACHE ALLA BARBABIETOLA ★★ V — 45′ 81
PLUM CAKE CON LE PERE ★★ V ● — 1h30′ 80
TORTA DI CIOCCOLATO AL LIME E CARDAMOMO ★ V ● — 1h (+3h) 102

I CORSI DI MARZO

NEL REGNO DELLA FARINA

Imparate a impastarla con uova e acqua nelle inimitabili paste fresche italiane. E a lavorarla con lievito, burro, zucchero per creare torte e pasticcini

PASTA FRESCA
Che cosa si impara
Si preparano le paste fresche e ripiene, tra cui anche alcuni formati regionali, come garganelli, tagliolini, lasagne, ravioli, tortellini; si impara a farcirle, a cuocerle e, infine, a preparare i sughi più adatti per condire ciascun tipo.
Quanto dura
3 lezioni di 3 ore.
Quanto costa 220 euro.
Quando si svolge
4, 15 e 23 marzo.

PASTICCERIA MIGNON
Che cosa si impara
Tecniche avanzate di pasticceria per preparare alcune piccole prelibatezze come Maritozzi, Macaron, Mini diplomatiche e Mini cubi con biscuit, gelée e bavarese.
Quanto dura
1 lezione di 3 ore.
Quanto costa 90 euro.
Quando si svolge
1, 16 e 22 marzo.

TORTE DA CREDENZA
Che cosa si impara
Seguite il nostro pasticciere per preparare golosi dolci da cuocere nel forno di casa, per ottime colazioni o merende: Cake al limone, Crostata frangipane al pistacchio e al cacao, Tarte tatin di mele con salsa al rhum, Torta alle pere.
Quanto dura
1 lezione di 3 ore.
Quanto costa 90 euro.
Quando si svolge
1, 17 e 31 marzo.

LA SCUOLA DE LA CUCINA ITALIANA
è in piazzale Cadorna 5, ingresso via San Nicolao 7, 20123 Milano.
Scoprite gli altri corsi sul nostro sito
scuola.lacucinaitaliana.it
scuola@lacucinaitaliana.it
tel. 02 49748004

FOTO **ARCH. LCI**